

Nanggroe: Jurnal Pengabdian Cendikia

Volume 2, Nomor 9, December 2023, Halaman 1-6

Licenced by CC BY-SA 4.0

ISSN: 2986-7002

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.10212200>

## Pemberdayaan Masyarakat dalam Penerapan Modifikasi Quantum Ikhlas Sebagai Pencapaian Dimensi Spritual Lansia Tangguh untuk Mengendalikan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Utara Kota Gorontalo

Lusiane Adam<sup>1\*</sup>, Ruliyani Manumba<sup>2</sup>, Fatmawati Mohamad<sup>3</sup>

<sup>123</sup>Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Gorontalo

Email: [lusianeadam@poltekkesgorontalo.co.id](mailto:lusianeadam@poltekkesgorontalo.co.id)

### Abstract

North City Public Health Center is a health service center located in the center of Gorontalo City with a high number of hypertension cases and is dominated by the elderly. Therefore, a community empowerment program is needed to support improving the health status of elderly people with hypertension in achieving resilient elderly people, especially in the spiritual dimension, which is through the application of Ikhlas quantum modification. This activity was carried out in two stages. The first stage begins with a pretest and blood pressure measurement, after which education is provided regarding therapy. After being given education, participants were given Quantum Ikhlas modification therapy, and ended with a posttest. In the second stage, monitoring and evaluation was carried out by measuring the elderly's blood pressure again after applying the Quantum Ikhlas modification therapy with istighfar. The Quantum Ikhlas modification used in this activity is audio istigfar which includes the words istigfar in it as well as a recording of the words tafakur. There was an increase in knowledge and a decrease in blood pressure in the elderly after being given education and Ikhlas Quantum Modification therapy with Istigfar. It is hoped that the Community Health Center can maintain the continuity of the implementation of Ikhlas Quantum Modification therapy with Istigfar by monitoring and evaluating regularly.

**Keywords:** Hypertension, Elderly, Ikhlas Quantum Modification Therapy

### Abstrak

Puskesmas Kota Utara merupakan salah satu Pusat layanan Kesehatan yang terletak di tengah Kota Gorontalo dengan jumlah kasus hipertensi yang tinggi dan didominasi oleh lanjut usia. Oleh karena itu diperlukan suatu program pemberdayaan masyarakat untuk mendukung peningkatan derajat kesehatan lansia penderita hipertensi dalam mencapai lansia tangguh khususnya pada dimensi spiritual yang merupakan melalui penerapan modifikasi quantum Ikhlas. Kegiatan ini dilakukan dalam dua tahap. Tahap pertama diawali dengan pretest dan pengukuran tekanan darah, setelah itu diberikan edukasi terkait terapi. Setelah diberikan edukasi, peserta diberikan terapi modifikasi Quantum Ikhlas, dan diakhiri dengan posttest. Pada tahap kedua dilakukan monitoring dan evaluasi dengan mengukur kembali tekanan darah lansia setelah menerapkan terapi modifikasi Quantum Ikhlas dengan istighfar. Modifikasi Quantum Ikhlas yang digunakan pada kegiatan ini adalah audio istigfar yang mencantumkan kata-kata istigfar di dalamnya serta rekaman kata-kata tafakur. Terjadi peningkatan pengetahuan dan penurunan tekanan darah lansia setelah diberikan edukasi dan terapi Modifikasi Quantum Ikhlas dengan Istigfar. Puskesmas diharapkan dapat menjaga kontinuitas penerapan terapi Modifikasi Quantum Ikhlas dengan Istigfar dengan memonitoring dan evaluasi secara berkala.

**Kata Kunci:** Hipertensi, Lansia, Terapi Modifikasi Quantum Ikhlas

### Article Info

Received date: 10 November 2023

Revised date: 20 November 2023

Accepted date: 2 December 2023

## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan kenaikan tekanan darah dimana tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg. Penyakit Hipertensi merupakan gejala peningkatan tekanan darah yang dapat berpengaruh pada organ lain, misalnya pada otak akan mengalami stroke atau pada pembuluh darah mengalami penyakit jantung koroner.

Berdasarkan Data Dinas Kesehatan Kota Gorontalo bahwa jumlah penderita Hipertensi pada tahun 2016 jumlah kasus baru dan lama sebanyak 6.695 dengan jumlah kematian 70 jiwa, tahun 2017 jumlah kasus baru dan lama 6.324 dengan jumlah kematian 57 jiwa, sehingga jika ditotalkan jumlah seluruh kasus baru dan lama sebanyak 17.179 dengan jumlah kematian sebanyak 173 kematian dengan jumlah kasus yang didominasi oleh lanjut usia (Dikes Kota Gorontalo, 2017).

Puskesmas Kota Utara merupakan salah satu Pusat layanan Kesehatan yang terletak di tengah Kota Gorontalo dengan Jumlah kasus hipertensi yang cukup tinggi. Data Puskesmas Kota Utara menunjukkan bahwa ditahun 2021 untuk kasus baru Hipertensi didominasi usia lansia yakni 50 kasus baru untuk laki laki dan 152 kasus baru untuk perempuan dengan kategori umur 60 – 69 tahun sebanyak 166 untuk laki laki dan 403 untuk perempuan. Secara terinci data hipertensi pada semua kategori umur di wilayah Puskesmas Kota Utara terdapat di 6 kelurahan dengan jumlah kasus baru di kelurahan Dulomo Utara 82 kasus, Dulomo selatan 112, Wongkaditi Timur 86 kasus, wongkaditi barat 86 kasus, Dembe II 87 Kasus, dan Kelurahan Dembe Jaya memiliki kasus baru hipertensi tertinggi yakni 49 kasus.

Berdasarkan hal tersebut maka perlu adanya intervensi kesehatan dalam mencegah dan mengatasi penyakit hipertensi khususnya pada lansia yang memiliki persentasi terbesar dari jumlah penderita hipertensi. Modifikasi quantum ikhlas merupakan salah satu bentuk intervensi non farmakologi dengan pendekatan dimensi spiritual dalam menghasilkan lansia tangguh. Kekuatan spiritual yang dimaksud adalah sabar, ikhlas, dan syukur. Dengan Quntum Ikhlas dapat mengembalikan fitrah manusia yang di dalam dirinya yaitu sebagai makhluk sempurna dalam artian berada dalam zona ikhlas. Quantum Ikhlas merupakan sebuah dorongan berfikir positif yang tidak ada untuk berfikiran negative sekalipun, jadi semisal untuk memikirkan hal yang ingin dicapai terus memikirkan positif dan selalu berfikir selaras dengan hatinya biar bisa tercapai keinginannya (Erbe, 2014). Menurut penelitian yang dilakukan Mohamad et al., (n.d.) pemberdayaan kesehatan melalui pelatihan modifikasi quantum ikhlas dengan istighar pada kader kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan mengendalikan hipertensi. Selain itu, metode ini bisa dilakukan oleh siapa saja, karena selain mudah juga murah dilakukan

Pelaksanaan intervensi kesehatan memerlukan kolaborasi dari semua tatanan di antaranya kader kesehatan dan masyarakat, hal ini untuk mewujudkan peningkatan derajat kesehatan masyarakat sesuai dengan prinsip promosi kesehatan yakni berupaya dalam meningkatkan kemampuan masyarakat melalui pembelajaran dari, oleh, untuk dan bersama masyarakat, agar mereka dapat menolong diri sendiri, serta kegiatan yang sumber daya masyarakat, sesuai dengan kondisi sosial budaya setempat dan didukung kebijakan publik yang berwawasan kesehatan, (Kemenkes, 2011). Oleh karena itu diperlukan suatu program pemberdayaan masyarakat untuk mendukung peningkatan derajat kesehatan lansia penderita hipertensi dalam mencapai lansia tangguh khususnya pada dimensi spiritual yang merupakan melalui penerapan modifikasi quantum Ikhlas. Hal inilah yang melatarbelakangi dilaksanakannya pengabdian masyarakat terkait pemberdayaan Masyarakat Dalam Penerapan Modifikasi Quantum Ikhlas Sebagai Pencapaian Dimensi Spritual Lansia Tangguh Untuk Mengendalikan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Utara Kota Gorontalo

## METODE PELAKSANAAN

Adapun pelaksanaan program terdiri dari:

### 1. Persiapan

Adapun persiapan yang dilaksanakan sebelum pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut:

- Berkoordinasi dengan kepala pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Poltekkes Kemenkes Gorontalo untuk teknis tempat, waktu dan teknis kegiatan.
- Berkoordinasi dengan tim pengabmas dan mitra dalam penentuan target/sasaran kegiatan, bentuk dan waktu kegiatan yang dilakukan
- Menyusun dan mendesain media edukasi dalam bentuk leaflet/ booklet
- Menyiapkan set pemeriksaan tekanan darah
- Mengidentifikasi lansia yang akan di diikuti dalam pemberian terapi modifikasi quantum ikhlas yakni lansia yang menderita hipertensi, tidak mengalami gangguan pendengaran karena harus mendengarkan audio penuntun intervensi dan memiliki handphone yang akan menjadi media terapi.
- Membuat kelompok lansia berdasarkan dusun untuk evaluasi keberlanjutan pelaksanaan Modifikasi Quantum Ikhlas dengan Istiqfar.

### 2. Pelaksanaan

Kegiatan ini dilakukan dalam dua tahap. Tahap pertama diawali dengan pretest dan pengukuran tekanan darah. Setelah itu diberikan edukasi terkait terapi. Setelah diberikan edukasi, peserta diberikan terapi modifikasi Quantum Ikhlas, dan diakhiri dengan posttest. Pada tahap kedua dilakukan monitoring dan evaluasi dengan mengukur kembali tekanan darah lansia setelah menerapkan terapi modifikasi Quantum Ikhlas dengan istighfar.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang dicapai dalam kegiatan ini didapatkan adanya peningkatan pengetahuan dan penurunan tekanan darah. Peningkatan pengetahuan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Perbandingan rata-rata Pengetahuan Kader Sebelum dan Setelah diberikan edukasi

| PENGETAHUAN | PRE     | POST   |
|-------------|---------|--------|
| Kurang      | 66.67 % | 0%     |
| Cukup       | 6.67%   | 13,33% |
| Baik        | 26.67%  | 86,66% |

Berdasarkan tabel di atas, terdapat peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi. Hal ini sejalan dengan hasil Istiqomah et al., (2022) pemberian edukasi tentang hipertensi berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan peserta. Pelaksanaan edukasi dipilih menggunakan metode penyuluhan dengan media berupa power point dan leaflet mengenai Hipertensi. Berdasarkan hasil sebelumnya, edukasi dengan media poster dan power point efektif meningkatkan pengetahuan manajemen hipertensi pada penderita hipertensi (Ulya & Iskandar, 2017; Wulandari, 2023).

**Gambar 1.** Memberikan pretest dan posttest sebelum dan sesudah kegiatan



Setelah diberikan edukasi, peserta diberikan terapi modifikasi Quantum Ikhlas. Modifikasi Quantum Ikhlas yang digunakan pada kegiatan ini adalah audio istigfar yang mencantumkan kata-kata istigfar di dalamnya serta rekaman kata-kata tafakur. Salah satu tips merawat Ikhlas yang dikemukakan oleh Sentanu (2014), yaitu memohon ampunan atas kesalahan oleh karena itu kata-kata istigfar juga ditambahkan dalam audio.



**Gambar 2.** Pemberian terapi modifikasi Quantum Ikhlas. Modifikasi Quantum Ikhlas

Pada tahap dua yang dilaksanakan tanggal 18 September 2023 dilakukan monitoring dan evaluasi. Tim pengabdian masyarakat melakukan monitoring dan evaluasi terapi modifikasi quantum ikhlas dengan istighfar dalam mengendalikan tekanan darah, dengan mengukur kembali tekanan darah lansia setelah menerapkan terapi modifikasi quantum ikhlas dengan istighfar. Hasil evaluasi dapat dilihat pada tabel dibawah:

**Tabel 1.** Perbandingan rata-rata tekanan darah sebelum dan setelah pemberian terapi

|                  | <b>Rata-rata<br/>Systole</b> | <b>Rata-rata<br/>Dyastole</b> |
|------------------|------------------------------|-------------------------------|
| <b>Pre Test</b>  | 159,40                       | 108,27                        |
| <b>Post Test</b> | 139,73                       | 99,43                         |

Berdasarkan tabel diatas, terdapat penurunan tekanan darah setelah lansia menerapkan terapi modifikasi quantum Ikhlas. Hasil ini sesuai dengan penelitian Mohamad, Ischak, & Ilham, R. (2022) yang menyatakan bahwa terapi modifikasi Quantum Ikhlas dengan Istigfar dapat mengendalikan tekanan darah pada lansia. terapi modifikasi Quantum Ikhlas dengan Istigfar dirancang khusus untuk bisa “mengatur” gelombang otak seseorang ke kondisi otak yang lebih Ikhlas. Jika digunakan dengan tepat, akan mempercepat peningkatan kesadaran dan membuat proses pengembangan diri serta perjalanan spiritual seseorang menjadi lebih mudah, sehingga membawa pada Kesehatan tubuh, ketentraman jiwa, kekhusyukan beribadah, dan perolehan bimbingan sang Pencipta (Sentanu, 2014).

Audio yang ada pada Quantum Ikhlas dapat memudahkan dan membawa pendengarnya memasuki *alpha-state* atau *theta-state*. Dalam kondisi Alfa atau Theta kedua belahan otak bekerja secara total sehingga berfungsi dengan optimal. Otak yang terlatih seperti itu cenderung dapat masuk ke dalam kondisi khusyuk (*deep relaxed focus-concentration*) dengan cepat dan memiliki kemampuan focus konsentrasi yang lebih baik dan kemampuan relaksasi ilmiah sehingga menurunkan tekanan darah.



**Gambar 3.** Pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah terapi

## SIMPULAN

Terjadi peningkatan pengetahuan dan penurunan tekanan darah lansia setelah diberikan edukasi dan terapi Modifikasi Quantum Ikhlas dengan Istigfar. Puskesmas diharapkan dapat menjaga kontinuitas penerapan terapi Modifikasi Quantum Ikhlas dengan Istigfar dengan memonitoring dan evaluasi secara berkala

## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada Poltekkes Kemenkes Gorontalo yang telah memberikan dukungan biaya untuk melaksanakan kegiatan ini, serta pihak Puskesmas Kota Utara Kota Gorontalo yang telah membantu memfasilitasi pelaksanaan kegiatan ini.

## Referensi

- Badan Litbang Kesehatan, Kementrian Kesehatan RI, N. (2018). Laporan riset. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. [http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan\\_Nasional\\_RKD2018\\_FINAL.pdf](http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf)
- BKKBN. (2020). Lansia Tangguh Dengan 7 Dimensi. *GOLANTANG*. <https://golantang.bkkbn.go.id/lansia-tangguh-dengan-7-dimensi>
- BKKBN. (2021). Melatih Berpikir Positif di Masa Tua. <https://golantang.bkkbn.go.id/melatih-berpikir-positif-di-masa-tua>
- Istiqomah, F., Tawakal, A. I., Haliman, C. D., & Atmaka, D. R. (2022). Pengaruh Pemberian Edukasi Terhadap Pengetahuan Hipertensi Peserta Prolanis Perempuan Di Puskesmas Brambang, Kabupaten Jombang. *Media Gizi Kesmas*, 11(1), 159–165. <https://doi.org/10.20473/mgk.v11i1.2022.159-165>
- Kemkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699
- Komenko PMK. (2021). *Bina Keluarga Lansia Untuk Mewujudkan Lansia Tangguh*. <https://www.kemenkopmk.go.id/bina-keluarga-lansia-untuk-mewujudkan-lansia-tangguh>
- Mohamad, F., Ischak, W. I., & Ilham, R. (n.d.). *Training of Health Cadres in the Application of Quantum Modifications Ikhlas with Istighfar in Controlling the Incidence of Hypertension in the Elderly in Gorontalo Keywords*.
- Mujab, S. (2018). *Teknologi Quantum Ikhlas Dalam Untuk Meningkatkan Esq*.
- Pangestuti, B. (2019). Upaya Mewujudkan Lansia Tangguh Melalui Bina Keluarga Lansia PPSDM Kemenkes RI (2018) Pedoman Pengabdian Kepada Masyarakat. Jakarta (Studi Deskriptif Di Bkl Kecubung). *Diklus: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 3(2), 127–147. <https://doi.org/10.21831/diklus.v3i2.27535>
- Sentan, Erbe. 2014. “Quantum Of Ikhlas.Pdf.”
- Tristiana, D. (2016). *Keefektifan intervensi psikologis*: 4(2), 166–177. <https://e->

[resources.perpusnas.go.id:2125/media/publications/231971-keefektifan-intervensi-psikologis-motiva-2dd3d239.pdf](https://resources.perpusnas.go.id:2125/media/publications/231971-keefektifan-intervensi-psikologis-motiva-2dd3d239.pdf)

- Ulya, Z., & Iskandar, A. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Poster Terhadap Pengetahuan Manajemen Hipertensi Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 12(1), 38. <https://doi.org/10.20884/1.jks.2017.12.1.715>
- Wadu'ud, A., & Bahfiarti, T. (2016). Pattern Information Dissemination Elderly Family Guidance Program (BKL) for Elderly People Empowerment in Maros Regency. *Jurnal Komunikasi KAREBA*, 5(1), 130–145. <https://journal.unhas.ac.id/index.php/kareba/article/view/1889>
- Wulandari, A. N. (2023). Pemberian Pendidikan Kesehatan dengan CERDIK menggunakan Media Slide Power Point dan Leaflet tentang Pencegahan Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Wahana Usada*, 5(1), 37–43. <https://doi.org/10.47859/wuj.v5i1.324>