

Penyuluhan Hipertensi dan Pemeriksaan Tekanan Darah pada Kelompok Masyarakat Pesisir

Salmah Arafah¹, Patmawati¹, Suardi¹, Sumarmi¹, Ernawati¹, Dewiyanti¹, Dina Oktaviana¹, Kamriana¹, Alwi¹

¹STIKES Tanawali Takalar

ABSTRAK

Penyakit hipertensi belum menempati skala prioritas utama dalam pelayanan kesehatan pada masyarakat khususnya masyarakat daerah pesisir, padahal diketahui dampak negatif yang akan ditimbulkannya cukup besar, seperti stroke dan penyakit jantung koroner. Beberapa penduduk di Desa Topejawa, Kabupaten Takalar masih banyak menderita hipertensi bahkan dengan beberapa komplikasi. Dari insidensi hipertensi yang sangat tinggi dan bahaya komplikasi yang ditimbulkan, perlu dilakukan penyuluhan tentang penyakit hipertensi termasuk pemeriksaan darah. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah agar warga masyarakat di Desa Topejawa dapat memantau kondisi kesehatannya. Metode yang dilakukan berupa penyuluhan tentang hipertensi dan hal-hal yang berkaitan dengan hipertensi. Sebelum penyuluhan dimulai, peserta diberi pre-test, nilai pre-test rata-rata adalah 65,7. Setelah dilakukan penyuluhan dan sesi tanya jawab, peserta diberi post-test, nilai post-test rata-rata adalah 90,7. Terjadi peningkatan pengetahuan peserta sekitar 25% tentang hipertensi. Dengan adanya penyuluhan ini, peserta menjadi lebih paham tentang hal-hal yang berkaitan dengan hipertensi dan dapat memanfaatkan tanaman herbal yang tumbuh di sekitar tempat tinggal untuk mencegah atau mengobati penyakit hipertensi.

Kata kunci: Hipertensi; Tekanan darah; Stroke; Penyakit Jantung Koroner; Herbal

Penulis Korespondensi

Salmah Arafah

STIKES Tanawali Takalar

E-mail : salmahintan250481@gmail.com

No. Hp : 085341926875

Hypertension Counseling and Blood Pressure Checks in Coastal Community Groups

ABSTRACT

Hypertension does not yet occupy the main priority scale in health services for the community, especially in coastal areas, even though it is known that the negative impacts it will cause are quite large, such as stroke and coronary heart disease. Several residents in Topejawa Village, Takalar Regency still suffer from hypertension, even with several complications. Due to the very high incidence of hypertension and the danger of complications it causes, it is necessary to provide education about hypertension, including blood tests. The aim of this community service activity is so that residents in Topejawa Village can monitor their health conditions. The method used is in the form of education about hypertension and matters related to hypertension. Before counseling began, participants were given a pre-test, the average pre-test score was 65.7. After counseling and a question and answer session, participants were given a post-test, the average post-test score was 90.7. There was an increase in participant knowledge of around 25% about hypertension. With this outreach, participants will become more aware of matters related to hypertension and can utilize herbal plants that grow around their residence to prevent or treat hypertension.

Keywords: Hypertension; Blood pressure; Stroke; Coronary heart disease; Herbs

Correspondent Author

Salmah Arafah

STIKES Tanawali Takalar

E-mail : salmahintan250481@gmail.com

No. Hp : 085341926875

PENDAHULUAN

Desa Topejawa adalah salah satu desa di Kecamatan Manggarabombang kabupaten Takalar. Kawasan ini memiliki penduduk yang cukup banyak. Beberapa penduduk masih banyak menderita hipertensi dengan beberapa komplikasi. Prevalensi penyakit kardiovaskuler yang terus meningkat setiap tahunnya menjadi masalah utama di negara maju maupun negara berkembang. Penyakit kardiovaskuler (PKV) merupakan penyakit yang disebabkan gangguan fungsi jantung dan pembuluh darah seperti stroke, hipertensi dan penyakit jantung koroner. Penyakit kardiovaskuler yang dialami oleh sekitar 59% dari kelompok usia dewasa muda memiliki faktor risiko antara lain PJK dini, obesitas, hipertensi atau merokok. Penyakit kardiovaskuler merupakan penyakit yang dapat dicegah terutama dilakukan pada kelompok berisiko di masyarakat. Penilaian risiko penyakit kardiovaskuler tersebut harus dilakukan minimal sekali dalam lima tahun pada orang dewasa di atas usia 40 tahun walaupun tidak mempunyai riwayat penyakit kardiovaskuler (Martiningsih & Haris, 2019). Penderita hipertensi dengan usia lebih dari 65 tahun memiliki risiko terkena stroke 1,5 kali daripada normotensi (Mozaffarian, et.al., 2016).

Faktor risiko dari Penyakit Jantung Koroner dapat dibagi dua, yaitu faktor risiko yang bisa diubah antara lain hipertensi, dislipidemia, merokok, obesitas, diabetes melitus, aktifitas fisik, stress; dan faktor risiko yang tidak bisa diubah antara lain umur, jenis kelamin dan genetik. Hipertensi merupakan salah satu faktor risiko utama yang dapat diubah. Penderita hipertensi lebih berisiko 5x mengalami PJK dibandingkan dengan yang tidak mengalami hipertensi (Amisi, Nelwan & Kolibu). Hipertensi naiknya tekanan darah di atas normal, yaitu 140/90 mmHg. Hipertensi dapat diklasifikasikan menjadi 2 jenis, yaitu hipertensi primer yang tidak diketahui penyebabnya, dan hipertensi sekunder yang disebabkan oleh gangguan ginjal, penyakit endokrin dan penyakit jantung. Diagnosis hipertensi jika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg pada dua kali pengukuran dalam waktu yang berbeda (Tarigan, Lubis & Syarifah, 2018). Nilai tekanan darah yang dipakai adalah nilai rata-rata dari dua atau lebih pemeriksaan dan dilakukan pada posisi duduk (James, et.al., 2019). Patofisiologi hipertensi meliputi interaksi genetik dengan lingkungan antara lain proses retensi garam, penurunan ambang filtrasi ginjal, hiperaktivitas simpati, sistem renin angiotensin yang berlebih, perubahan membran sel, hiperinsulinemia dan disfungsi endotel (Yannoutsos, et.al., 2019).

Hingga saat ini hipertensi masih menjadi masalah utama. Hal ini dikarenakan masih terdapat banyak pasien hipertensi yang belum mendapat pengobatan maupun yang sudah diobati akan tetapi tekanan darahnya belum mendekati normal, dan terdapat penyakit penyerta serta komplikasi yang dapat meningkatkan morbiditas dan mortalitas, yang menjadi tantangan bagi masyarakat untuk menanganinya (Kurniasih & Setiawan, 2013).

Hipertensi merupakan faktor risiko utama penyebab kematian di dunia dengan presentase sebanyak 12.8%. Pada tahun 1999-2000, terdapat 58-65 juta penderita hipertensi di Amerika, dan terjadi peningkatan 15 juta pada tahun 1988-1991. Prevalensi hipertensi di Indonesia cukup tinggi, yaitu sebesar 31,7% dari total penduduk dewasa. Prevalensi ini jauh lebih tinggi dibandingkan dengan Singapura (27,3%), Thailand (22,7%), dan Malaysia (20%). Pola makan yang salah, berat badan yang berlebih, kebiasaan buruk seperti mengkonsumsi rokok dan alkohol merupakan faktor pencetus penyakit hipertensi (Kurniasih & Setiawan, 2013). Penyebab utama kematian pada penderita hipertensi adalah serebrovaskular, kardiovaskular dan gagal ginjal. Penyebab terjadinya kematian yang lebih cepat berkaitan dengan tekanan darah yang meningkat (Rahel, 2020).

Penyakit hipertensi belum menempati skala prioritas utama dalam pelayanan kesehatan, padahal diketahui dampak negatif yang akan ditimbulkan cukup besar. Penyakit hipertensi menjadi masalah utama dalam kesehatan masyarakat di negara maju dan berkembang. Kenaikan kasus hipertensi yang semula adalah 639 juta kasus di tahun 2000, meningkat menjadi 1,15 miliar kasus di tahun 2025. Prevalensi hipertensi pada orang dewasa sebesar 6-15% dan 50% di antaranya tidak menyadari bahwa dirinya terkena hipertensi. Hipertensi merupakan penyebab kematian ketiga di Indonesia pada semua golongan umur dengan proporsi kematian sebesar 6,83% (Jannah & Ernawaty, 2018). Prevalensi penderita hipertensi di Sulawesi Selatan sebesar 31,68 % dari 8.928.002

jiwa sedangkan prevalensi Hipertensi di Wilayah Sulawesi Selatan yang tertinggi di kota makassar dengan 29,35 % (Riskasdas, 2018), sedangkan di kabupaten Takalar pada bulan januari tahun 2022 tercatat 830 kasus (Profil Dinkes Kab. Takalar 2022). Hipertensi masih menjadi masalah Kesehatan masyarakat, meskipun obat hipertensi telah ditemukan sekitar tiga puluh tahun yang lalu (Yulanda dan Lisiswanti, 2017).

Desa Topejawa merupakan daerah pesisir yang mayoritas masyarakatnya berprofesi sebagai pedagang ikan/nelayan. Selain itu, masyarakat pesisir Topejawa bermata pencaharian usaha tambak ikan dan udang, bekerja pada industri kecil, jasa angkutan dan sebagai pegawai negeri (BPS, 2020). Hal ini dikarenakan Kecamatan Manggarabombang sebagian daerahnya memiliki pesisir pantai. Pola konsumsi masyarakat yang dipengaruhi oleh lingkungan, sehingga masyarakat pesisir cenderung mengkonsumsi hanya hasil laut yang menyebabkan ketidakseimbangan gizi.

Manfaat dari program Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah agar masyarakat daerah pesisir mengetahui tentang pengertian hipertensi, tanda dan gejala hipertensi, penyebab hipertensi, efek jangka panjang, cara mencegah dan mengobati hipertensi. Masyarakat daerah pesisir tersebut diharapkan mampu memahami dan menjelaskan kepada keluarga masing-masing dan masyarakat sekitar tentang hal-hal yang berkaitan dengan hipertensi.

METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan pada hari Sabtu, 03 Pebruari 2024 di Rumah Pak Dusun Lamangkia Desa Topejawa. Peserta dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah masyarakat yang tinggal di dusun lamangkia sebanyak 38 orang. Metode yang dilakukan melalui beberapa tahapan, antara lain menyebarkan kuisisioner (pre-test) untuk mengetahui seberapa jauh pemahaman Masyarakat tentang hal-hal yang berkaitan dengan hipertensi, melakukan sosialisasi tentang "Hipertensi dan Pemeriksaan Tekanan Darah pada Masyarakat daerah pesisir di Desa Topejawa, Kabupaten Takalar. Materi yang diberikan antara lain pengertian, klasifikasi, tanda dan gejala, penyebab, efek jangka panjang, dan cara mencegah dan mengobati hipertensi dengan menggunakan tanaman herbal yang ada disekitar tempat tinggal masyarakat. Kemudian melakukan evaluasi terhadap hasil sosialisasi dengan menyebarkan kembali kuisisioner (post-test), menyebarkan leaflet "Hipertensi", untuk bisa dibaca kembali di rumah untuk meminimalisir tingginya tekanan darah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum sosialisasi dimulai, peserta diberi kuisisioner (pre-test) untuk mengetahui sejauh mana peserta tersebut memahami tentang hal-hal yang berkaitan dengan hipertensi. Diperoleh hasil, nilai pre-test rata-rata peserta sebelum dilakukan sosialisasi adalah 65,7. Hal ini berarti sebagian besar peserta sedikit banyak telah memahami hal-hal yang berkaitan dengan hipertensi.



Gambar 1. Pemberian pre-test kepada masyarakat

Setelah dilakukan pretest, maka dilanjutkan dengan pemaparan materi oleh Pemateri. Peserta tersebut sangat antusias dan responsif, baik ketika penyampaian materi maupun saat sesi tanya jawab. Beberapa pertanyaan yang disampaikan di antaranya :

- Mana yang lebih bahaya jika angkanya tinggi, diastole atau sistole?
- Apa bahaya menambahkan penyedap rasa ke dalam makanan?
- Apa penyebab yang paling dominan pada penyakit hipertensi?



Gambar 2. Pemaparan materi oleh pemateri

Setelah dilakukan sosialisasi dan sesi tanya jawab, untuk mengevaluasi terhadap hasil sosialisasi, maka peserta kembali diberi kuis (post-test). Diperoleh hasil, nilai post-test rata-rata peserta setelah sosialisasi adalah 90,7. Terjadi peningkatan skor terhadap pengetahuan tentang hipertensi. Sebelum meninggalkan tempat penyuluhan, dilakukan pemeriksaan tekanan darah kepada seluruh masyarakat.



Gambar 3. Pemeriksaan Tekanan darah



Gambar 4. Foto Bersama masyarakat, mahasiswa program Studi S1 Keperawatan STIKES Tanawali Takalar serta Mahasiswa KKN Unhas Makassar

KESIMPULAN

Terjadi peningkatan sekitar 25 % terhadap pengetahuan tentang hipertensi. Dengan adanya sosialisasi tentang hipertensi, peserta menjadi lebih paham tentang hal-hal yang berkaitan dengan hipertensi, dan dapat memanfaatkan tanaman herbal yang tumbuh disekitar tempat tinggal untuk mencegah atau mengobati penyakit hipertensi.

Peserta, yang dalam hal ini adalah masyarakat, yang mengikuti sosialisasi ini diharapkan dapat menyampaikan ilmu yang telah diperoleh ke keluarga masing-masing serta kepada masyarakat sekitar tempat tinggal, sehingga banyak yang mengerti dan mengaplikasikannya.

Rekomendasi untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat selanjutnya adalah memberi pelatihan

bagaimana cara membuat mengolah tanaman herbal untuk mencegah dan/atau mengobati penyakit hipertensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih diucapkan kepada Pemerintah Kabupaten Takalar yaitu kepala Kecamatan Manggarabombang, Kepala Dusun Lamangkia yang memfasilitasi pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dan Ketua STIKES Tanawali Takalar serta LP2M STIKES Tanawali Takalar (Lembaga penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat) yang memberikan sumbangsih sehingga pelaksanaan pengabdian masyarakat ini terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik (2020), Umur dan jenis kelamin Penduduk Indonesia Hasil Sensus Penduduk.
- James, P. A., Oparil, S., Carter, B. L., Cushman, W. C., Dennison-Himmelfarb, C., Handler, J., et al. (2019). Evidence-based guideline for the management of high blood pressure in adults report from the panel members appointed to the Eighth Joint National Committee (JNC 8). *JAMA*, 1097(5), 507-20.
- Jannah, L. M. & Ernawaty. (2018). Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi di Desa Bumiayu Kabupaten Bojonegoro. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 6(2), 157-165.
- Kurniasih, I. & Setiawan, M. R. (2013). Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi di Puskesmas Srandol Semarang Periode Bulan September - Oktober 2011. *Jurnal Kedokteran Muhammadiyah*, 1(2), 54-59.
- Martiningsih & Haris, A. (2019). Risiko Penyakit Kardiovaskuler pada Peserta Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) di Puskesmas Kota Bima: Korelasinya dengan Ankle Brachial Index dan Obesitas. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 22(3), 200-208.
- Mozaffarian, D., Benjamin, E. J., Go, A. S., Arnett, D. K., Blaha, M. J., Cushman, M., Das, S. R., De Ferranti, S., Després, J. P., Fullerton, H. J., Howard, V. J. (2016). Executive summary: heart disease and stroke statistics—2016 update: a report from the American Heart Association. *Circulation*, 133(4), 447-54.
- Profil Dinkes Kabupaten Takalar (2022), Prevalensi Penyakit tidak Menular.
- Riskesdas (2018), Prevalensi Penyakit Menular dan penyakit tidak menular.
- Tarigan, A. R., Lubis, Z. & Syarifah. (2018). Pengaruh Pengetahuan, Sikap dan Dukungan Keluarga terhadap Diet Hipertensi di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 9-17.
- Yannoutsos, A., Levy, B. I., Safar, M. E., Slama, G., Blacher, J. (2019). Pathophysiology of Hypertension: Interactions Between Macro and Microvascular Alterations Through Endothelial Dysfunction. *Journal of hypertension*, 32(2), 216-24.
- Yulanda, G., dan Lisiswanti, R. (2017). Penatalaksanaan Hipertensi Primer. *Jurnal Majority*, 6(1), 28-33.