

Edukasi dan Deteksi Gejala Hipertensi di Wilayah Puskesmas Maccini Sawah

Nurhayati¹, Magdalena Limbong², Andi Arniyanti³, Asra Hatlah⁴, Desriani⁵
^{1,2,3,4,5} Prodi D3 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

*Korespondensi penulis, email : galesongnurhayati@gmail.com

Article History:

Received: Oktober 15, 2020

Accepted: November 15, 2020

Published: Desember 30, 2020

Keywords:

Education,
Detection of Hypertension
Symptoms

Abstract: Hypertension is nicknamed the silent killer because it is a disease without symptoms. This refers to a condition where blood pressure increases beyond normal limits, namely systolic pressure ≥ 140 mmHg and diastolic pressure < 90 mmHg. Educational activities and detection of hypertension symptoms were carried out because the incidence rate was still high in the Maccini Sawah Health Center Working Area. This service is carried out with the target of people aged ≥ 40 years so that they can maintain a healthy lifestyle and have the knowledge, attitudes and skills to implement the principles of healthy living for every community. The aim of this service is to increase public awareness, understanding of prevention, lifestyle changes and increased participation in health decisions. The method for implementing this community service is education and blood pressure checks carried out simultaneously. There were 23 people who took part in this activity. The activity ran smoothly and well where the people who had been invited to take part in the education and detection of hypertension symptoms had followed it to completion with a total of 20 families participating. There are still many people who do not have their health checked at the health center. The community health center needs to carry out a door to door visit program to increase the coverage of the P2M program and reduce morbidity due to non-communicable diseases, especially hypertension.

ABSTRAK

Hipertensi mendapat julukan *silent killer* karena menjadi suatu penyakit tanpa gejala. Hal ini merujuk pada kondisi peningkatan tekanan darah melebihi batas normal, yaitu tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan diastolik < 90 mmHg. Kegiatan edukasi dan deteksi gejala hipertensi dilakukan karena masih tingginya angka kejadian di Wilayah Kerja Puskesmas Maccini Sawah. Pengabdian ini dilakukan dengan sasaran masyarakat usia ≥ 40 tahun agar dapat menjaga pola hidup sehat dan memiliki pengetahuan, sikap, dan keterampilan untuk melaksanakan prinsip hidup sehat bagi setiap masyarakat. Tujuan dari pengabdian ini yaitu untuk peningkatan kesadaran masyarakat, pemahaman tentang pencegahan, perubahan gaya hidup dan peningkatan partisipasi dalam keputusan kesehatan. Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini yaitu edukasi dan pemeriksaan tekanan darah yang dilakukan secara serentak. Terdapat 23 masyarakat yang mengikuti kegiatan ini. Kegiatan berjalan dengan lancar dan baik dimana masyarakat yang telah di undang untuk mengikuti edukasi dan deteksi gejala hipertensi telah mengikutinya sampai selesai dengan jumlah peserta sebanyak 20 keluarga. Masih banyak masyarakat yang tidak memeriksakan kesehatannya ke puskesmas. Pihak puskesmas perlu melakukan program kunjungan *door to door* untuk meningkatkan cakupan program P2M dan menurunkan angka kesakitan akibat penyakit tidak menular khususnya penyakit hipertensi

Kata Kunci : Edukasi, Deteksi Gejala Hipertensi

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan keadaan peningkatan tekanan darah diatas tekanan darah normal yakni tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan diastolik < 90 mmHg (Nugraha et al.,

* Nurhayati Nurhayati, galesongnurhayati@gmail.com

2019). Hipertensi disebut juga sebagai *the silent killer* yaitu penyakit mematikan tanpa adanya tanda dan gejala terlebih dahulu selama 10-20 tahun dan biasanya baru diketahui apabila telah terjadi komplikasi pada organ target seperti jantung, otak, ginjal dan mata sehingga pengobatannya terlambat dan mengurangi harapan hidup akibat melemahnya fungsi organ-organ tersebut yang berakibat kecacatan bahkan sampai kematian (Oktaviarini et al., 2019).

Berdasarkan data WHO tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Arifin et al., 2019). Hasil data Riskesdas tahun 2018 pada penduduk usia 18 tahun keatas menunjukkan prevalensi PTM mengalami kenaikan jika dibandingkan dengan tahun 2013, dimana prevalensi hipertensi naik dari 25,8% menjadi 34,1%. Propinsi Sulawesi Selatan menduduki peringkat keempat provinsi yang menderita penyakit hipertensi dengan 36,8%, dimana angka tersebut jauh lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata prevalensi hipertensi secara nasional yaitu sebesar 34,1% (Maramis et al., 2020)

Hipertensi harus dicegah dan ditanggulangi karena hipertensi merupakan faktor risiko utama terjadinya berbagai penyakit kardiovaskuler termasuk stroke, penyakit jantung koroner, gagal jantung, dan penyakit ginjal stadium akhir atau gagal ginjal. Pola hidup yang baik, manajemen stress yang tepat serta olahraga secara teratur merupakan kunci hidup sehat yang dapat mencegah terjadinya hipertensi. Faktor-faktor penyebab hipertensi dapat dihindari dengan salah satu cara yaitu memotivasi masyarakat untuk meningkatkan kualitas hidup sehat dengan menambah pengetahuan serta akses informasi yang cukup (Setiawan et al., 2018). Pengetahuan pasien mengenai hipertensi juga berpengaruh pada kepatuhan pasien dalam melakukan pengobatan. Semakin meningkatnya pengetahuan pasien tentang hipertensi maka akan mendorong seseorang untuk berperilaku yang lebih baik dalam mengontrol hipertensi sehingga tekanan darahnya tetap terkendali (Sofiana et al., 2018).

Kegiatan edukasi dan deteksi gejala penyakit hipertensi dilakukan dengan sasaran masyarakat usia ≥ 40 tahun agar terbiasa hidup sehat dan memiliki pengetahuan, sikap, dan keterampilan untuk melaksanakan prinsip hidup sehat bagi setiap masyarakat. Tujuan dari kegiatan edukasi ini untuk peningkatan kesadaran masyarakat, pemahaman tentang pencegahan, perubahan gaya hidup dan peningkatan partisipasi dalam keputusan kesehatan.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di rumah salah satu kader kesehatan Wilayah Kerja Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar pada hari Sabtu, 19 Desember 2020 dengan sasaran yaitu 20 keluarga. Pelaksana kegiatan ini adalah Dosen dan mahasiswa Prodi D3 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar bekerjasama dengan Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar.

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini yaitu edukasi dan pemeriksaan tekanan darah yang dilakukan secara serentak. Adapun jumlah sasaran masyarakat peserta kegiatan ini adalah 20 keluarga yang terdiri dari 23 orang. Adapun prosedur pelaksanaan pengabdian adalah sebagai berikut :

1. Melakukan kerja sama dengan puskesmas Maccini Sawah
2. Pendekatan kepada masyarakat yang memiliki riwayat penyakit hipertensi
3. Melakukan kunjungan saat *survey* awal ke Wilayah Kerja Puskesmas Maccini Sawah
4. Menentukan waktu dan tempat dilaksanakannya kegiatan
5. Persiapan pelaksanaan kegiatan.
6. Edukasi dilakukan setelah pemeriksaan tekanan darah. Edukasi menggunakan leaflet yang berikutnya dibagikan kepada masyarakat.
7. Persiapan alat dan bahan pengukuran tekanan darah
8. Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat.

HASIL

Kegiatan Edukasi Dan Deteksi Gejala Hipertensi Di Rumah Kader Kesehatan Wilayah Kerja Puskesmas Maccini Sawah. Kegiatan dilakukan pada hari sabtu, 20 Desember 2020 jam 09.00 – 11.30 Wita. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berjalan dengan baik, dimana masyarakat melakukan pemeriksaan kesehatan secara tertib. Walau halaman rumah kader kesehatan tidak begitu luas, namun cukup mampu untuk menampung masyarakat yang datang. Semula jumlah masyarakat yang datang adalah 23 orang.

Tabel 1

Hasil Pengukuran pengetahuan tentang penyakit hipertensi

Kategori Pengetahuan	Pre Test		Post Tes	
	f	%	f	%
Baik	6	26,09	20	86,95
Kurang	17	73,91	3	13,05
Total	23	100	23	100

Berdasarkan tabel tersebut maka hasil pre test menunjukkan bahwa pengetahuan kurang yaitu 17 orang (73,91%) dan yang memiliki pengetahuan baik hanya 6 orang (26,09%), sedangkan hasil post test menunjukkan bahwa pengetahuan kurang yaitu 3 orang (13,05%) dan pengetahuan baik yaitu 20 orang (86,95%), sehingga disimpulkan bahwa terdapat perubahan pengetahuan baik dari hasil pre test 6 orang (26,09%) meningkat menjadi 20 orang (86,95%) setelah diberikan edukasi tentang penyakit hipertensi

Tabel 2

Hasil pemeriksaan Tekanan Darah.

Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah	f	%
Hipertensi	8	33,33
Normal	16	66,67
Total	24	100

Berdasarkan tabel tersebut, maka ditemukan sekitar 8 orang (33,33%) yang menderita hipertensi dan 16 orang (66,67%) yang memiliki tekanan darah dalam batas normal.



Gambar. Dokumentasi Kegiatan

DISKUSI

Pelaksanaan pengabdian masyarakat mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penyakit hipertensi sehingga mereka memiliki motivasi untuk melakukan pencegahan penyakit serta mengetahui hasil pengukuran tekanan darah yang bisa digunakan untuk mengurangi faktor resiko penyebab terjadinya penyakit tidak menular (Rahayu dkk, 2020). Selain deteksi dini dalam pencegahan penyakit tidak menular juga dapat dilakukan penyuluhan atau edukasi pencegahan hipertensi melalui metode ceramah interaktif secara door to door dengan menggunakan media leaflet (Hamzah, 2021)

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa peningkatan umur sejalan dengan peningkatan kasus hipertensi. Hal ini disebabkan oleh meningkatnya tekanan darah sistolik akibat perubahan struktur pada pembuluh darah besar yang menjadi lebih sempit dengan dinding pembuluh darah menjadi kaku. Selain usia pra lansia, usia dewasa muda yaitu > 20 tahun banyak yang mengalami hipertensi. Hal ini dapat dipengaruhi oleh stressor yang tinggi. Selain itu, terdapat faktor lain yang memungkinkan mempunyai efek terhadap bagaimana pasien berespon terhadap stressor yang dialaminya. Dilihat dari Usia responden pada kelompok lansia, semakin cukup usia seseorang maka semakin banyak pengalaman yang dimiliki dalam mengatasi stresor. Pendidikan juga memberikan sumbangsih dalam mengatasi stresor, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin maka semakin tinggi pengetahuannya sehingga kemampuan dalam menghadapi masalah, menganalisa situasi, dan pada akhirnya memilih tindakan yang tepat dalam menghadapi suatu masalah (Stuart & Suddeen, 2016).

KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perubahan pengetahuan baik dari hasil pre test 6 orang (26,09%) meningkat menjadi 20 orang (86,95%) setelah diberikan edukasi tentang penyakit hipertensi. Masih banyak masyarakat yang enggan memeriksakan kesehatannya ke puskesmas. Pihak puskesmas perlu melakukan program kunjungan door to door untuk meningkatkan cakupan program Pemberantasan Penyakit Tidak Menular di Puskesmas Tanjung Morawa dan menurunkan angka kesakitan akibat penyakit tidak menular mengingat sebagian besar yang menderita penyakit tidak menular adalah masyarakat lansia.

PENGAKUAN

Terimakasih kepada tim pengabdian kepada masyarakat, Kepala Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar, Penanggung Jawab Program Penyakit Tidak Menular (PTM) Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar, Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar dan masyarakat yang telah berpartisipasi atas terlaksananya kegiatan ini.

DAFTAR REFERENSI

- Hamzah, B., Akbar, H., & Sarman, S. (2020). Pencegahan Penyakit Tidak Menular Melalui Edukasi Cerdik Pada Masyarakat Desa Moyag Kotamobagu. *Abdimas Universal*, 3(1), 83-87
- Indriyawati, N., Widodo, W., Widyawati, M. N., Priyatno, D., & Jannah, M. (2018). Skrining Dan Pendampingan Pencegahan Penyakit Tidak Menular Di Masyarakat. *Link*, 14(1), 50-54.
- Rahayu, D., Irawan, H., Santoso, P., Susilowati, E., Atmojo, D. S., & Kristanto, H. (2020). Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular pada Lansia. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 3(1), 91-96.
- Riset Kesehatan Dasar Republik Indonesia (2018). Kementerian Kesehatan Indonesia.
- Setiawan, H., Suhandi, S., Rosliati, E., Firmansyah, A., & Fitriani, A. (2018). Promosi Kesehatan Pencegahan Hipertensi Sejak Dini. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 41–45. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v1i2.38>
- Sofiana, L., Puratmadja, Y., Sari, B. S. K., Pangulu, A. H. R., & Putri, I. H. (2018). Pengetahuan Tentang Hipertensi Melalui Metode Penyuluhan. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 171. <https://doi.org/10.12928/jp.v2i1.443>
- Sudayasa, I. P., Rahman, M. F., Eso, A., Jamaluddin, J., Parawansah, P., Arimaswati, A., & Kholidha, A. N. (2020). Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Desa Andepali Kecamatan Sampara Kabupaten Konawe. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(1), 60-66.

- Suiraoaka, I. P., Duarsa, D. P. P., Wirawan, I. D. N., & Bakta, I. M. (2017). Perception of parents, teachers, and nutritionist on childhood obesity and barriers to healthy behavior: a phenomenological study. *International Journal of Health Sciences (IJHS)*, 1(2), 1-11.
- Ulya Z, dkk. (2017). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media poster terhadap pengetahuan manajemen hipertensi pada penderita hipertensi. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 12 (2), 38-46.
- Yarmaliza, Y., & Zakiyuddin, Z. (2019). Pencegahan Dini terhadap Penyakit Tidak Menular (PTM) melalui GERMAS. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 2(3), 93-100.
- Yulianis Y, Fauziah AU, Kusumawati D. (2020). Informasi kesehatan melalui penyuluhan, poster dan leaflet di Dusun Talang Parit Desa Kemingking Dalam Kecamatan Taman Rajo Provinsi Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2 (2), 157-162.