

## Upaya Pengendalian Hipertensi Melalui Pendidikan Dan Pemeriksaan Kesehatan Warga Masyarakat

William Arisandi<sup>1</sup>, Nur Sefa Arief Hermawan<sup>2</sup>, Tubagus Erwin<sup>3</sup>, Aulia Rahman<sup>4</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Mitra Indonesia

<sup>3,4</sup>Program Studi Keperawatan, Universitas Mitra Indonesia

Jl. ZA Pagar Alam No. 7 Gedongmeneng Rajabasa Bandar Lampung

Email: [Williamarisandi1505@gmail.com](mailto:Williamarisandi1505@gmail.com)<sup>1</sup>, [sefa@umitra.ac.id](mailto:sefa@umitra.ac.id)<sup>2</sup>

### Abstract

*Hypertension or high blood pressure increase systolic blood pressure more than 140 mmhg and blood pressure diastolik of 90 mmhg. Increase in blood pressure in long-term (persistent) it can result in damage the kidneys, the heart and stroke. Hypertension is of disease not infectious being one of the main cause of death premature in the world. according to 2019, who of the population the world, prevalence of hypertension globally of 22 % and engage in less than one fifth of the management of blood pressure possessed. In indonesia, hypertension as the treatment to the success and knowledge to the poor. In Community Health Centre Purwosari of Metro city, increasing cases and decrease in the treatment of hypertension caused by compliance, knowledge and behaviors patients and poor peoples. The education and health services aims to improve community awareness and create independence of the community to be able to monitor the health condition with familiar with a variety of symptoms related to hypertension and training the residents to direct consultation and visited puskesmas and hospitals to get action. Educational activities through the talks by displaying matter through percentage on targets.*

*The outcome of the activities found that there were some changes knowledge after he did health education and the provision of consultation to health services in the community about how mandiri know and control a disease hypertension*

*Keywords : Hypertension, health education and health services*

### Abstrak

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik dari 90 mmHg. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama (persisten) dapat mengakibatkan kerusakan pada ginjal, jantung dan stroke. Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian *premature* di dunia. Menurut WHO (2019), dari total penduduk dunia, prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dan kurang dari seperlima penderita melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki. Di Indonesia, hipertensi terus seiring menurunnya angka keberhasilan pengobatan dan pengetahuan yang kurang baik pada masyarakat.

Di Puskesmas Purwosari Kota Metro, peningkatan kasus dan penurunan keberhasilan pengobatan penderita hipertensi disebabkan oleh kepatuhan, pengetahuan dan perilaku hidup penderita dan masyarakat yang kurang baik. Kegiatan pendidikan dan pelayanan kesehatan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dan mewujudkan kemandirian masyarakat untuk mampu mengawasi kondisi kesehatannya, dengan mengenal berbagai gejala terkait hipertensi dan melatih masyarakat untuk langsung berkonsultasi dan mengunjungi puskesmas dan rumah sakit untuk mendapat tindakan. Kegiatan pendidikan melalui metode ceramah dengan menampilkan materi melalui persentase pada sasaran kegiatan.

Hasil kegiatan ditemui adanya perubahan pengetahuan setelah dilakukannya pendidikan kesehatan dan pemberian konsultasi pada pelayanan kesehatan tentang bagaimana secara mandiri masyarakat mengenal dan mengendalikan penyakit hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Pendidikan Kesehatan dan Pelayanan Kesehatan.

## 1. PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan kejadian peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu 5 menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama (persisten) dapat menyebabkan kerusakan pada ginjal, jantung dan stroke (Kemenkes, 2014).

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian *premature* di dunia. Menurut WHO (2019), dari total penduduk dunia, prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dan kurang dari seperlima penderita melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki. Afrika sebagai negara dengan prevalensi tertinggi sebesar 27% disusul Asia Tenggara sebesar 25% dari total kejadian di dunia. Diperkirakan 1 dari 5 orang perempuan di dunia menderita hipertensi, jumlah ini lebih besar dibanding laki – laki yaitu 1 dari 4 orang laki – laki (WHO, 2019).

Di Indonesia, kejadian hipertensi terus menunjukkan peningkatan dengan beberapa kasus menyebabkan munculnya penyakit seperti gagal ginjal, jantung dan stroke. Prevalensi hipertensi diatas usia 18 tahun sebesar 34,11% dengan prevalensi tertinggi terdapat di Kalimantan Selatan sebesar 44,13%. Provinsi Lampung juga merupakan daerah dengan peningkatan hipertensi secara signifikan, berdasarkan data prevalensi sebesar 29,94% (Kemenkes, 2019)

Prevalensi kejadian hipertensi pada usia > 30 tahun di Kota Metro terus mengalami peningkatan kejadian di Kota Metro menjadikan daerah tersebut menduduki urutan ke 3 setelah Kota Bandar Lampung dan Lampung Selatan. Prevalensi penderita sebanyak 14.522 jiwa. Peningkatan kasus seiring dengan menurunnya angka keberhasilan pengobatan dimana berdasarkan pengamatan bahwa ini disebabkan oleh perilaku kepatuhan dalam mengkonsumsi obat yang sangat rendah, pengetahuan keluarga dan penderita yang kurang baik, sehingga menyebabkan para penderita mengalami kegagalan dalam proses pengobatan dan kondisi pengetahuan yang kurang baik menimbulkan pola perilaku yang salah seperti tetap berperilaku merokok, mengkonsumsi makanan tidak sesuai dengan anjuran dokter, sehingga kondisi tersebut menyebabkan upaya pengendalian hipertensi menjadi sangat sulit dilakukan (Profil Kesehatan Lampung, 2019).

Puskesmas Purwosari, Kecamatan Metro Utara merupakan puskesmas dengan angka hipertensi tertinggi. Dari hasil prasurey tanggal 13 Januari 2020 di Puskesmas Purwosari didapatkan data kunjungan kasus hipertensi tahun 2017 dengan jumlah 1.650 jiwa mengalami peningkatan pada tahun 2018 yaitu sebesar 2.650 jiwa dan pada tahun 2019 kasus hipertensi mengalami penurunan jumlah angka kunjungan pasien yaitu turun menjadi 1.789 jiwa. Berdasarkan hasil wawancara jumlah kunjungan pasien hipertensi di instalasi rawat jalan cenderung mengalami penurunan, hal ini biasa disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya tingkat kesadaran masyarakat yang kurang baik untuk kontrol penyakit. Data kepatuhan pengobatan menyatakan mayoritas penderita hipertensi merasa baik saja walaupun tanpa minum obat, disisi lain mereka mengatakan tidak mengetahui akibat sereius yang akan ditimbulkan jika tidak kontrol rutin ke puskesmas. Dengan kondisi tersebut didapatkan data kepatuhan berobat pasien hipertensi

mengalami penurunan dari 2.650 jiwa pada tahun 2018 dan menjadi 1.789 jiwa pada tahun 2019 adapun beberapa penderita dan keluarga memiliki pengetahuan yang kurang baik tentang penyakit hipertensi dan cara pengendaliannya (Data Puskesmas Purwosari, 2019)

Hipertensi jika tidak mendapatkan penanganan serius akan menyebabkan komplikasi yang lebih buruk bagi penderita, diantaranya stroke, gagal ginjal dan peningkatan risiko jantung koroner. Pemberian pendidikan merupakan salah satu upaya peningkatan pengetahuan dan menginisiasi adanya perubahan, dalam hal ini perubahan penderita dalam kepatuhan minum obat. Pemberian pendidikan kesehatan dipandang sebagai prioritas dalam melakukan intervensi dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan memberikan kesadaran tidak hanya kepada penderita namun masyarakat secara luas tentang upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi (Infodatin, 2019)

## 2. METODE KEGIATAN

Pemberian intervensi melalui pemberian pengetahuan tentang hipertensi dan pelayanan kesehatan kepada semua masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Purwosari Metro Utara. Metode pemberian pendidikan kesehatan melalui metode ceramah, pemberian pelayanan kesehatan berupa pemeriksaan tekanan darah.

Terdapat tiga tahap dalam pemberian penyuluhan dan pelayanan, yaitu :

### a) Tahap Persiapan

Tahap persiapan dalam penyuluhan ini bertujuan untuk mengukur seberapa penting pelaksanaan pendidikan dan pelayanan dengan situasi yang ada dilingkungan dan masyarakat sebagai sasaran kegiatan.

Tahap persiapan terdiri dari :

- a. Survey tempat pelaksanaan kegiatan
- b. Melaksanakan observasi dan wawancara dengan Puskesmas Purwosari untuk mengetahui persentase masalah hipertensi yang terjadi.
- c. Melaksanakan pendekatan dan advokasi dengan tokoh masyarakat di desa dengan persentase penderita hipertensi tertinggi diiringi dengan perilaku dan kepatuhan pengobatan penderita yang kurang baik.
- d. Menyusun Proposal dan Kerangka Kerja
- e. Melalui dukungan tokoh masyarakat dan Pembina program klub senam prolans persiapan waktu, tempat kegiatan pengabdian dirancang.

### b) Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian melalui kegiatan pendidikan dan pelayanan kesehatan terdiri dari beberapa kegiatan diantaranya :

- a. Analisis kebutuhan : merupakan aktifitas yang ditujukan untuk menemukan kebutuhan yang dibutuhkan oleh penderita dan masyarakat dalam menilai seberapa penting informasi tentang pengetahuan tentang hipertensi, cara pengendalian dan kepatuhan dalam mengikuti proses pengobatan.
- b. Sosialisasi : merupakan bentuk pendidikan kesehatan menggunakan metode ceramah, adapun pelayanan kesehatan menggunakan alat pengukur tekanan darah yang dilakukan oleh tenaga ahli keperawatan.
- c. Implementasi : pendidikan kesehatan dan pelayanan kesehatan yang sudah dilakukan selain memberikan informasi pada penderita dan pemeriksaan tekanan darah juga

mengajukan kepada tokoh masyarakat dan ketua program senam klub prolanis agar rutin melakukan pemeriksaan dan konsultasi kepada dokter di Puskesmas atau Tempat pelayanan kesehatan lainnya.

**c) Tahap Akhir Kegiatan**

Setelah pelaksanaan kegiatan pendidikan dan pelayanan kesehatan, maka dilanjutkan dengan beberapa kegiatan berikut :

- d. Melakukan evaluasi kegiatan melalui sesi Tanya jawab dengan peserta
- e. Melakukan pendekatan kepada tokoh masyarakat dan pihak puskesmas agar rutin melakukan pemantauan kepada warganya dalam proses pengobatan, kemudian menganjurkan kepada puskesmas menggerakkan para kader agar meningkatkan upaya pengawasan dan kunjungan kepada penderita dan masyarakat.
- f. Penyusunan laporan hasil kegiatan pendidikan dan pelayanan kesehatan
- g. Pengumpulan hasil laporan kegiatan pendidikan dan pelayanan kesehatan

**3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat yang berjudul “Upaya Pengendalian Hipertensi Melalui Pendidikan Kesehatan Dan Pemeriksaan Kesehatan Warga Masyarakat dilakukan di Metro Utara Kota Metro pada hari Minggu tanggal 1 Maret 2020.

Gambar 1. Proses Kegiatan Pendidikan Kesehatan Dan Pelayanan Kesehatan



Gambar 2. Materi Sosialisasi Pendidikan Kesehatan Dan Peralatan Pelayanan Kesehatan



Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berupaya memberikan informasi mengenai informasi tentang hipertensi dan upaya pencegahan. Diharapkan dengan pelaksanaan pendidikan kesehatan masyarakat Metro Utara mampu menyerap informasi yang diberikan dan meningkatkan kesadaran kepada keluarga dan penderita akan pentingnya menjaga pola hidup agar terhindar dari risiko penyakit stroke, jantung dan gagal ginjal akibat hipertensi yang dimiliki, kemudian menyarankan perubahan perilaku seperti perilaku merokok yang dimiliki penderita yang pada faktanya perilaku tersebut cenderung memperburuk kondisi kesehatan. Adapun pemberian pelayanan kesehatan berupa pemeriksaan tekanan darah ditujukan untuk meningkatkan kewaspadaan kepada keluarga dan penderita serta memberikan rekomendasi upaya tanggap terhadap kondisi tekanan darah. Adapun secara rinci kegiatan yang sudah dilakukan adalah sebagai berikut :

- a. Melakukan kegiatan prasurvey di Puskesmas Purwosari berdasarkan data dinas kesehatan setempat dan Provinsi, dengan tujuan menyamakan data dengan kondisi dilapangan, kemudian menganalisis masalah kesehatan dan menentukan prioritas penanganan.
- b. Melakukan pendekatan kepada kepala puskesmas dan petugas penanganan penyakit tidak menular terkait permasalahan yang dihadapi dan upaya pengendalian yang mungkin dilakukan.
- c. Menjalin advokasi dan kerjasama dengan perangkat desa dan ketua program prolanis di Puskesmas Purwosari.
- d. Mengkoordinasikan rencana kegiatan dengan perangkat desa dan kepala puskesmas.
- e. Mengajukan proposal dengan Universitas Mitra Indonesia terkait rencana kegiatan pengabdian dan mengajukan permohonan bantuan sumber daya manusia pada Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat dan Sarjana Keperawatan sebagai pemenuhan tenaga dan tim agar kegiatan ini dapat maksimal dilakukan.
- f. Melakukan pengkajian kepada para penderita dan masyarakat khususnya disekitar desa dengan angka hipertensi tertinggi.
- g. Melaksanakan pengabdian masyarakat
- h. Menyusun laporan kegiatan agar laporan menjadi bahan evaluasi bagi puskesmas dan pihak yang terlibat sebagai bahan kepustakaan.
- i. Menyusun jurnal publikasi kegiatan dilaman jurnal publikasi milik perguruan tinggi.

Kegiatan pendidikan dan pelayanan kesehatan dilaksanakan pada

Hari, Tanggal : Minggu, 01 Maret 2020  
 Pukul : 08.00 s/d selesai  
 Tempat : Kediaman Ketua Klub Senam Prolanis Puskesmas Purwosari  
 Alamat : Jl. Dariman, Karangrejo, Metro Utara 34119  
 Jumlah Peserta : 157 peserta (senam klub prolanis dan masyarakat sekitar)

**Tabel 1. Time Schedule Acara**

Hari, Tanggal	Pukul	Kegiatan
Minggu, 1 Maret 2020	08.00 – 08.30	Pembukaan kegiatan oleh ketua panitia
	08.30 – 08.45	Sambutan oleh perwakilan desa dan puskesmas
	08.45 – 08.50	Do'a
	08.55 – 09.30	Penyampaian materi
	09.50 – 11.45	Pemeriksaan Kesehatan dan Pemberian Konsultasi Tahap I
	11.45 – 12.30	Ishoma
	13.00 – 16.30	Pemeriksaan Kesehatan dan Pemberian Konsultasi Tahap II
	16.30 – 16.45	Pemberian cindremata kepada perwakilan para ibu (seperti peralatan rumah tangga)
	16.50 – 16.55	Penutup

#### 4. KESIMPULAN

Secara umum hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut:

- Dilakukannya kegiatan pendidikan dan pelayanan kesehatan mengenai hipertensi, upaya pengendalian hipertensi melalui anjuran perubahan perilaku gaya hidup dan membenahan kepatuhan penderita dalam pengobatan.
- Melakukan evaluasi pemberian pendidikan dengan sesi tanya jawab untuk melihat sejauhmana informasi yang telah diberikan mampu dipahami oleh penderita dan masyarakat.
- Dilakukan pengkajian lebih lanjut dalam bentuk penelitian mengenai hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat, diharapkan dengan adanya penelitian kedepan mampu memberikan inovasi baru tentang upaya pengendalian hipertensi yang mampu diterima oleh semua masyarakat.
- Melakukan publikasi kegiatan kedalam jurnal publikasi pengabdian kepada masyarakat.
- Berdasarkan hasil kegiatan, panitia pelaksana, mengharapkan adanya tindak lanjut yang dilakukan oleh puskesmas dan tokoh masyarakat untuk mampu mengoptimalkan upaya pengendalian penyakit tidak menular khususnya hipertensi.
- Diharapkan puskesmas mampu memberikan konsultasi, peningkatan upaya sosialisasi, pemantauan dan kunjungan kepada setiap masyarakat yang sehat atau sakit.
- Diharapkan puskesmas mampu memasang *banner* atau poster tentang perlunya mengendalikan penyakit hipertensi.

## 5. DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Provinsi Lampung, 2019. Data Kejadian Penyakit Tidak Menular. Lampung.
- Data Puskesmas Purwosari, 2019. Data Kepatuhan dan 10 besar penyakit di Puskesmas Purwosari Tahun 2017, 2018 dan 2019. Metro Utara.
- Kemenkes RI, 2014. Infodatin Hipertensi. Pusat Data Informasi Kementerian Kesehatan. Jakarta.
- Kemenkes RI, 2019. Infodatin Hipertensi dan Cara mengendalikan. Pusat Data Informasi Kementerian Kesehatan. Jakarta
- WHO, 2019. *Multimorbidity and care for hypertension*.