

Meningkatkan Pengetahuan tentang Hipertensi pada Penderita, Kader dan Keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas Binanga Kabupaten Mamuju

I Made Sudarta^{1✉}, Nur Hikmah²

Poltekkes Kemenkes Mamuju, Indonesia ^{1,2}

E-mail : sudarta.ms@gmail.com¹, immasudir@gmail.com²

Abstrak

Hipertensi menjadi ancaman kesehatan masyarakat karena potensinya yang mampu mengakibatkan kondisi komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal. Hipertensi ditandai dengan hasil pengukuran tekanan darah yang menunjukkan tekanan sistolik sebesar > 140 mmHg atau dan tekanan diastolik sebesar > 90 mmHg. Prevalensi hipertensi di Provinsi Sulawesi Barat sebesar 34,77% dimana lebih tinggi dari prevalensi tingkat nasional yaitu sebesar 34,11%. Prevalensi tertinggi berada di kabupaten Mamasa yaitu sebesar 43,67% dan terendah yaitu Kabupaten Mamuju Utara yaitu sebesar 26,51%. Sementara itu prevalensi hipertensi di Kabupaten Mamuju sebesar 32,82%. Jumlah penderita hipertensi pada lansia di kelurahan binanga cukup banyak yaitu sekitar 362 orang. sehingga dibutuhkan perhatian dari semua pihak untuk menurunkan angka kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Binanga. Pengetahuan yang baik akan memudahkan seseorang dalam menerima informasi dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Seperti halnya pada pasien hipertensi, pengetahuan penderita hipertensi berpengaruh terhadap sikap untuk patuh berobat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan cara penyuluhan, simulasi pemeriksaan tekanan darah dan monitoring ke rumah penderita. Terjadi peningkatan pengetahuan peserta setelah dilakukan penyuluhan, hasil pemeriksaan tekanan darah yaitu sekitar 50% memiliki tekanan darah lebih dari 130/90 mmHg sedangkan pada saat dilakukan kunjungan rumah diperoleh hasil penderita aktif melakukan aktifitas fisik namun tidak didukung oleh diet yang sehat serta masih kurangnya dukungan keluarga. Untuk itu butuh pendampingan lebih lanjut kepada penderita dan keluarga yang merawat penderita di rumah.

Kata Kunci: Pengetahuan, Hipertensi, Penderita, Kader, Keluarga.

Abstract

Hypertension is a public health threat because of its potential to lead to complication conditions such as stroke, coronary heart disease, and kidney failure. Hypertension is characterized by blood pressure measurement results that show systolic pressure of > 140 mmHg or and diastolic pressure of > 90 mmHg. The prevalence of hypertension in West Sulawesi Province is 34.77%, which is higher than the national prevalence of 34.11%. The highest prevalence was in Mamasa Regency at 43.67% and the lowest was North Mamuju Regency at 26.51%. Meanwhile, the prevalence of hypertension in Mamuju Regency is 32.82%. The number of people with hypertension in the elderly in Binanga Village is quite large, which is around 362 people. so that attention from all parties is needed to reduce the incidence of hypertension in the working area of the Binanga Health Center. Good knowledge will make it easier for someone to receive information and apply it in everyday life. As in hypertensive patients, the knowledge of people with hypertension affects the attitude to comply with treatment. This community service activity is carried out by means of counseling, simulating blood pressure checks and monitoring to the patient's home. There was an increase in participants' knowledge after counseling, the results of blood pressure checks were around 50% had blood pressure of more than 130/90 mmHg while during home visits obtained the results of active patients doing physical activity but not supported by a healthy diet and still lack of family support. For this reason, further assistance is needed to patients and families who care for patients at home.

Keywords: Knowledge, Hypertension, Sufferers, Cadres, Family.

Copyright (c) 2023 I Made Sudarta, Nur Hikmah

✉ Corresponding author

Address : Poltekkes Kemenkes Mamuju

Email : sudarta.ms@gmail.com

DOI : <https://doi.org/10.31004/abdidas.v4i5.842>

ISSN 2721- 9224 (Media Cetak)

ISSN 2721- 9216 (Media Online)

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian prematur di dunia. Hipertensi menjadi ancaman kesehatan masyarakat karena potensinya yang mampu mengakibatkan kondisi komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal. Hipertensi ditandai dengan hasil pengukuran tekanan darah yang menunjukkan tekanan sistolik sebesar > 140 mmHg atau dan tekanan diastolik sebesar > 90 mmHg (Kemenkes RI, 2019).

Organisasi kesehatan dunia (WHO) mengestimasi saat ini prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Dari sejumlah penderita tersebut, hanya kurang seperlima yang melakukan pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki (Kemenkes RI, 2019).

Hasil RISKESDAS 2018 menunjukkan bahwa Provinsi Kalimantan selatan dengan prevalensi tertinggi yaitu sebesar 44,13% diikuti oleh Jawa Barat sebesar 39,6%, Kalimantan Timur sebesar 39,3%. Daerah dengan prevalensi terendah adalah Provinsi Papua yaitu sebesar 22,2% disusul Provinsi Maluku Utara dan Sumatera Barat masing-masing sebesar 24,65% dan 25,16%. Prevalensi hipertensi di Provinsi Sulawesi Barat sebesar 34,77% dimana lebih tinggi dari prevalensi tingkat nasional yaitu sebesar 34,11% (Balitbangkes RI, 2018). Tertinggi berada di kabupaten Mamasa yaitu sebesar 43,67% dan terendah yaitu Kabupaten Mamuju Utara yaitu sebesar 26,51%. Sementara itu prevalensi hipertensi di Kabupaten Mamuju sebesar 32,82% (Riskesdas Kab/kota, 2018).

Jumlah penderita hipertensi pada lansia di kelurahan binanga cukup banyak yaitu sekitar 362 orang. Hal ini kemungkinan disebabkan karena pengetahuan masyarakat tentang hipertensi masih

rendah sehingga perlu perhatian lebih dari semua pihak untuk menurunkan angka kejadian hipertensi pada masyarakat khususnya lansia.

Pengetahuan yang baik akan memudahkan seseorang dalam menerima informasi dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Seperti halnya pada pasien hipertensi, pengetahuan penderita hipertensi berpengaruh terhadap sikap untuk patuh berobat. Upaya untuk meningkatkan pengetahuan penderita hipertensi membutuhkan pendekatan dari berbagai sektor sehingga kebutuhan pasien dapat terpenuhi. Masyarakat dengan pengetahuan yang baik tentang hipertensi seperti gejala, penyebab dan dampak hipertensi akan mendukung dirinya dan keluarga dalam upaya mengendalikan dampak dari hipertensi seta berupaya mencari pengobatan dan berobat secara teratur sesuai petunjuk dokter atau tenaga medis (Marianingrum et al., 2019).

Tujuan dilaksanakannya pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan penderita, kader dan keluarga penderita tentang penyakit hipertensi, diet, life stile, dan aktifitas fisik. Adanya perubahan perilaku dan peduli pada penatalaksanaan penyakit hipertensi, pemeriksaan tekanan darah sebagai upaya deteksi dini hipertensi bagi keluarga penderita dan masyarakat.

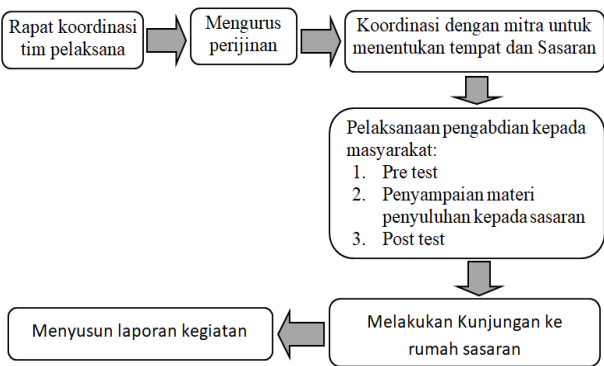
METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diawali dengan mengidentifikasi masalah, melakukan analisis situasi selanjutnya sasaran serta metode yang digunakan. Metode yang digunakan dalam melaksanakan pengabdian kepada masyarakat ini terdiri dari penyuluhan, simulasi dan pendampingan. Metode penyuluhan digunakan untuk meningkatkan pengetahuan sasaran tentang hipertensi dengan menggunakan media powerpoint dan leaflet. Metode simulasi

dilakukan dengan mengukur tekanan darah peserta untuk melakukan skrining dan pendampingan dilakukan dengan berkunjung ke rumah-rumah penderita untuk mengevaluasi tindakan pengendalian hipertensi serta dukungan keluarga yang telah dilakukan kepada penderita.

Untuk mengetahui tingkat keberhasilan dari pelaksanaan penyuluhan maka dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan kepada peserta atau disebut dengan *pre test* dan *post test*. Metode simulasi menggunakan alat pengukur tekanan darah digital dan lembar pencatatan untuk mencatat hasil pengukuran. Sedangkan pada kegiatan monitoring menggunakan lembar monitoring yang berisi catatan tentang nama penderita, tekanan darah, dukungan keluarga, aktivitas fisik dan asupan nutrisi.

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan mulai bulan April sampai dengan Oktober tahun 2023 di wilayah kerja Puskesmas Binanga tepatnya di Puskesmas Padang Panga Mamuju. Adapun sasaran dalam kegiatan ini adalah penderita hipertensi, keluarga penderita dan juga kader kesehatan yang semuanya berjumlah 30 orang.



Gambar 1. Alur Kegiatan Pengabdian Masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat ini berjalan dengan baik dimana para peserta khususnya pada saat dilakukan penyuluhan sangat antusias begitu pula pada saat dilakukan kunjungan rumah, penderita dan keluarga dapat menerima kunjungan dengan baik. Pertanyaan yang disampaikan pada saat penyuluhan diantaranya tentang aktivitas fisik pada penderita hipertensi, cara mengolah makanan yang sehat untuk penderita hipertensi serta obat-obat nonfarmakologi yang dapat menurunkan tekanan darah.

Hasil pengukuran pengetahuan peserta sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Pengetahuan Peserta Sebelum Penyuluhan

Pengetahuan	Frekuensi	Prosentase
Baik	6	20
Kurang	24	80
Total	30	100

Tabel 1. Menjelaskan bahwa sebelum dilakukan penyuluhan terdapat 6 orang peserta (20%) memiliki pengetahuan baik dan 24 orang peserta (80%) memiliki pengetahuan kurang tentang hipertensi.

Tabel 2. Pengetahuan Peserta Setelah Penyuluhan

Pengetahuan	F	%
Baik	26	87
Kurang	4	13
Total	30	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa setelah dilakukan penyuluhan terdapat 26 peserta (87%)

memiliki pengetahuan baik dan 4 peserta (13%) peserta memiliki pengetahuan kurang.

Hasil yang dapat dijelaskan dari tabel 1 dan tabel 2 di atas yaitu terjadi peningkatan tingkat pengetahuan yang signifikan pada peserta penyuluhan dimana sebelum dilakukan penyuluhan hanya 6 orang peserta (20%) memiliki pengetahuan baik sedangkan setelah dilakukan penyuluhan terdapat 26 peserta (87%) memiliki pengetahuan baik.



Gambar 2. Penyuluhan tentang hipertensi

Hasil dari pengukuran tekanan darah yang dilakukan pada peserta sekitar 50% memiliki tekanan darah lebih dari 130/90 mmHg. Sedangkan peserta yang memiliki tekanan darah dalam batas normal sebagian besar sedang dalam terapi minum obat penurun tekanan darah.



Gambar 3. Pemeriksaan tekanan darah

Hasil dari kegiatan monitoring secara umum dapat dijelaskan bahwa sebagian besar penderita aktif melakukan aktifitas berupa mengerjakan pekerjaan rumah seperti memasak, menyapu dan mengepel serta berjalan kaki disekitar rumah. Terkait dengan asupan nutrisi sebagian besar penderita mengkonsumsi sayur namun masih sering mengkonsumsi ikan kering, makanan bersantan serta gorengan. Sedangkan terkait dukungan keluarga, peran keluarga dalam memberi perawatan pada penderita masih rendah dimana hanya sebagian kecil keluarga turut memperhatikan perawatan pada keluarga yang menderita hipertensi seperti minum obat secara teratur, mengingatkan makanan pantangan bagi penderita serta membantu penderita dalam melakukan aktivitas fisik.



Gambar 4. Monitoring ke rumah penderita.

Upaya untuk menurunkan tingkat kejadian dan kematian yang disebabkan oleh hipertensi salah satunya melalui upaya preventif dengan meningkatkan pemahaman, pengetahuan serta pengaturan pola hidup. Tingkat pengetahuan dan pemahaman penderita hipertensi terkait penyakitnya akan mendukung keberhasilan pengobatan sehingga tekanan darah pasien dapat terkontrol dengan baik. Semakin penderita mengerti penyakitnya, maka penderita akan semakin peduli dalam menjaga pola hidup, teratur

minum obat, dan tingkat kepatuhan pasien juga akan semakin meningkat (Nurmalasari et al., 2021).

Pengetahuan dapat diperoleh dari mana saja tidak harus dari pendidikan formal tetapi dapat pula diperoleh dari petugas kesehatan, media maupun sumber yang lain. oleh karena itu seseorang harus banyak mendapatkan informasi baik dari lingkungan keluarga, tetangga, media cetak atau dengan mengikuti penyuluhan kesehatan yang dilakukan oleh petugas kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan (Muflih & Halimizami, 2021).

Hipertensi dapat berakibat fatal jika tidak mendapat perawatan yang baik. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan pola hidup sehat seperti diet hipertensi. Diet hipertensi merupakan salah satu cara untuk menurunkan tekanan darah dalam batas normal. Sebagian orang merasa sulit untuk melakukan diet hipertensi karena banyak makanan kesukaan yang harus dihindari seperti garam, seafood, keju serta gorengan. Jenis makanan tersebut merupakan jenis makanan yang sulit untuk dihindari karena banyak orang yang menggemari seperti halnya lansia. Apalagi lansia telah mengalami kemunduran dalam daya ingat sehingga lansia sulit untuk melakukan diet hipertensi karena lansia cenderung berkeinginan untuk menuruti keinginan seperti keinginan untuk selalu makan makanan dengan rasa yang enak (Guntoro, et al., 2019).

Dukungan keluarga sangat dibutuhkan oleh penderita hipertensi dalam mengontrol penyakitnya. Dukungan keluarga dapat berupa mengingatkan minum obat, memberi perawatan dan perhatian, keluarga memutuskan makanan apa yang akan dikonsumsi, aktivitas fisik yang sesuai dan bagaimana kesehatan menjadi prioritas dalam keluarga. Mengingat peran keluarga sangat penting maka keluarga harus memiliki pengetahuan dan

kemampuan yang baik dalam merawat serta memenuhi kebutuhan penderita (Efendi & Larasati, n.d.).

SIMPULAN

Pelaksanaan dari pengabdian kepada masyarakat ini memberikan dampak yang sangat positif bagi penderita, kader maupun keluarga penderita. Yang pertama peserta dapat meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi melalui penyuluhan yang diberikan. Kedua, peserta dapat mengetahui tekanan darah mereka melalui simulasi pemeriksaan tekanan darah dan yang ke tiga penderita dan keluarga dapat meningkatkan kemandirian dalam merawat anggota keluarga yang menderita hipertensi melalui kunjungan rumah yang dilakukan oleh tim pengabdian. Kegiatan ini perlu dilakukan secara berkesinambungan karena masih banyak masyarakat yang belum paham tentang manajemen penanganan hipertensi seperti jenis makanan pantangan, aktivitas fisik, pentingnya minum obat sesuai anjuran serta peran keluarga dalam merawat anggota keluarga yang menderita hipertensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami menyadari bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini tidak akan dapat terlaksana dengan baik apabila tidak ada bantuan dari berbagai pihak. untuk itu melalui kesempatan ini kami tim pengabdian mengucapkan banyak terima kasih kepada: Bapak Direktur Poltekkes Kemenkes Mamuju, Kepala Puskesmas Binanga dan Kepala Puskesmas Padang Panga beserta staf, Ibu Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Mamuju, Ibu Kepala Unit Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Poltekkes Kemenkes Mamuju, Ibu Nur Hikmah sebagai anggota tim, seluruh dosen dan PLP di Jurusan keperawatan, Mahasiswa yang turut

membantu dari persiapan hingga pelaksanaan, para kader kesehatan, tokoh masyarakat desa padang panga, bapak dan ibu peserta yang menjadi sasaran dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang dengan antusias mengikuti kegiatan mulai dari penyuluhan, simulasi pemeriksaan tekanan darah sampai pada kegiatan kunjungan rumah. Akhir kata semoga semua hal baik yang sudah kita lakukan mendapat anugerah dari Tuhan Yang Maha Esa.

DAFTAR PUSTAKA

- Darmansyah, Safriadi, Hamsuddin. 2017. Faktor Resiko Hipertensi Pada Masyarakat Di Dusun Kamaraang Desa Keang Kecamatan Kalukku Kabupaten Mamuju Tahun 2017. *Journal Of Health, Education And Literacy*, 2019 1(1) E-Issn : 2621-9301
- Efendi, H., & Larasati, T. A. (N.D.). *Hendra Efendi /Dukungan Keluarga Dalam Manajemen Penyakit Hipertensi Dukungan Keluarga Dalam Manajemen Penyakit Hipertensi*.
- Guntoro, B., & Purwati, K. (2019). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Mengenai Diet Hipertensi Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Baloi Permai Batam Kota* (Vol. 9, Issue 1).
- Indonesian Heart Association (Iha). 2015. *Pedoman Tatalaksana Hipertensi Pada Penyakit Kardiovaskuler*. Pp Perki: Jakarta.
- Kemenkes Ri. 2013. Pedoman Teknis Penemuan Dan Tatalaksana Hipertensi. Direktorat Pengendalian Penyakit Tidak Menular Subdit Pengendalian Penyakit Jantung Dan Pembuluh Darah Edisi Revisi.
- Kemenkes Ri. (2019). Hipertensi Si Pembunuh Senyap. *Kementrian Kesehatan Ri*, 1–5. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.
- Marianingrum, D., & Amelia, C. (2019). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan Berobat Penderita Hipertensi Di Puskesmas Baloi Permai Kota Batam* (Vol. 9, Issue 1).
- Mills, Katherine T, Dkk.2021. The Global Epidemiology Of Hypertension. *Nat Rev Nephrol*. 2020 April ; 16(4): 223–237.
- Muflih, M., & Halimizami, H. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Gaya Hidup Dengan Upaya Pencegahan Stroke Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Desa Binjai Medan. *Indonesian Trust Health Journal*, 4(2), 463–471. <https://doi.org/10.37104/ithj.v4i2.79>
- Muslimin. Irma, Ridhayani A. 2016. *Analisis Faktor Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Binanga Kabupaten Mamuju Tahun 2016*. Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes Volume Viii Nomor 3, Juli 2017
- Nurmalasari, Y., Nur Ramadhan, F., Utia Detty, A., Hadiarto, R., Izzudin, A., & Anggraeni, S. (N.D.). *Penyuluhan Hipertensi Pada Pasien Puskesmas Kebon Jahe Kota Bandar Lampung*.