



Peningkatan Pengetahuan Melalui Kegiatan Penyuluhan Kesehatan Tentang Hipertensi Pada Masyarakat Risiko Tinggi di Desa Tondowatu

Titi Saparina.L¹, Eka Dharma Putra Marhanto², Sartini Risky MS³, Ung Umertum Tekaka¹, Amelia Putri Nurhaliba¹, Yulnaningsih Amalia¹, Sirma, Asri Nedila¹, Halim¹

¹Prodi Sarjana Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Ilmu Kesehatan Universitas Mandala Waluya

²Prodi S1 Kewirausahaan Fakultas Ilmu Sosial dan Bisnis Universitas Mandala Waluya

³Prodi Magister Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Ilmu Kesehatan Universitas Mandala Waluya

ABSTRAK

Penyakit hipertensi sekarang ini merupakan salah satu penyakit yang tidak menular namun merupakan salah satu masalah kesehatan yang sangat serius saat ini. Apabila hipertensi yang tidak terkontrol maka memiliki peluang 7 kali lebih besar untuk terkena penyakit stroke, 6 kali lebih besar mengalami penyakit jantung kongestif, dan 3 kali lebih besar terkena penyakit serangan jantung. Data Dinas Kesehatan Kabupaten Konawe menyatakan hipertensi berada pada urutan ke 4 dari 10 besar penyakit. Prevalensi penyakit hipertensi di Kabupaten Konawe pada tahun 2018 mencapai 4.399 (100%). Selama 5 (lima) tahun terakhir kasus hipertensi terjadi peningkatan khususnya dalam penanganan penderita hipertensi. Desa Tondowatu memiliki jumlah penduduk 435 jiwa tahun 2021. Dengan jumlah kepala keluarga yakni berjumlah 116 Kepala Keluarga. Puskesmas Morosi merupakan salah satu puskesmas di kabupaten Konawe. Data puskesmas Morosi, hipertensi masuk kedalam sepuluh besar penyakit Utama Yang banyak Diderita Oleh Masyarakat Desa Tondowatu. Adapun metode yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan dalam rangka peningkatan pengetahuan masyarakat desa tondowatu khususnya pada masyarakat risiko tinggi terkait penyakit hipertensi yakni penyuluhan kesehatan dan menanam tanaman obat keluarga. Adapun hasil Pretest dan Post Test penyuluhan hipertensi yakni Berdasarkan kuesioner yang diberikan oleh Tim Pengabdian Kepada Masyarakat Kesasaran diperoleh Hasil Pre-Test adalah 31.85 %, dari hasil ini dapat diperoleh informasi bahwa pengetahuan sasaran dalam hal ini masyarakat risiko tinggi terkait penyakit hipertensi tergolong dalam kategori masih kurang. Dan setelah dilakukan intervensi berupa kegiatan penyuluhan tentang bahaya dan pencegahan hipertensi Hasil yang diperoleh dari Post-Test adalah 100 %. Dari hasil Post-Test terdapat peningkatan pengetahuan sasaran setelah diberikan penyuluhan sebesar 17.5 % dari 31.85 % menjadi 100 % yang tergolong dalam kategori sangat baik

Kata kunci: hipertensi, penyuluhan, kesehatan

ABSTRACT

Hypertension is currently a non-communicable disease but is a very serious health problem today. If hypertension is not controlled, it has a 7 times greater chance of being famous for stroke, 6 times more likely to experience congestive heart disease, and 3 times greater known heart attack disease. Data from the Konawe District Health Office stated that hypertension was on the 4th order of the top 10 diseases. The prevalence of hypertension in Konawe Regency in 2018 reached 4,399 (100%). During the last 5 (five) years, there has been an increase in cases of hypertension, especially in the management of hypertensive patients. Tondowatu Village has a population of 435 people in 2021. With a total of 116 family heads. Morosi Health Center is one of the health centers in Konawe district. Based on data from the Morosi Health Center, hypertension is included in the top ten main diseases suffered by the people of Tondowatu Village. The methods used in outreach activities in order to increase the knowledge of the people of Tondowatu village, especially in high risk communities related to hypertension, namely health education and planting family medicinal plants. The results of the Pretest and Post Test of hypertension counseling, namely Based on the questionnaire given by the Target Community Service Team, the Pre-Test results obtained were 31.85%, from these results it can be obtained information that the target knowledge in this case the high risk community related to hypertension is classified in the category of still not enough. And after intervention in the form of outreach activities about the dangers and prevention of hypertension. The results obtained from the Post-Test were 100%. From the results of the Post-Test there is an increase in target knowledge after being given counseling by 17.5% from 31.85% to 100% which belongs to the very good category.

Keywords: hypertension, counseling, health

Penulis Korespondensi :

Titi Saparina L

Universitas Mandala Waluya Sulawesi Tenggara

E-mail : titisaparina.stikesmw@gmail.com

HP : 082193390163

PENDAHULUAN

Penyakit hipertensi sekarang ini merupakan salah satu penyakit yang tidak menular namun merupakan salah satu masalah kesehatan yang sangat serius saat ini. apabila hipertensi yang tidak terkontrol maka memiliki peluang 7 kali lebih besar untuk terkenal penyakit stroke, 6 kali lebih besar mengalami penyakit jantung kongestif, dan 3 kali lebih besar terkenal penyakit serangan jantung (Imelda, Sjaaf, & Puspita, 2020).

Menurut WHO saat ini prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Dari sejumlah penderita tersebut, hanya kurang dari seperlima yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki. Wilayah afrika memiliki prevalensi tertinggi sebesar 27%. Asia Tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk. WHO juga memperkirakan 1 di antara 5 orang perempuan di seluruh dunia memiliki hipertensi. Jumlah ini lebih besar diantara kelompok laki-laki, yaitu 1 di antara 4 (WHO, 2021)

Berdasarkan Riskesdas 2018 prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44,1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%).

Dari prevalensi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak

minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita Hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya Hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan.

Di Indonesia sendiri berdasarkan riset pada tahun 2018, di dapatkan prevalensi penderita hipertensi sebesar 31,4%. Dan bahkan prevalensi tertinggi ada pada Kalimantan Selatan (44,1%) sementara angka prevalensi terendah berada pada provinsi Papua (22,2%) walaupun angka kejadian hipertensi pada beberapa daerah sudah tergolong rendah namun penyakit hipertensi masih menjadi salah satu permasalahan yang sangat serius dan harus di tangani dengan tepat dan juga perlu untuk di lakukan pengendalian terhadap masalah ini.

Survey di Sulawesi Tenggara tentang hipertensi diperoleh melalui data dari kunjungan pada unit-unit pelayanan seperti Puskesmas dan jaringannya. Dari 82.425 orang atau 8% penduduk berusia 18 tahun ke atas yang dilakukan pengukuran tekanan darah, sebanyak 31.817 orang atau 38,60% yang mengalami hipertensi. Berdasarkan jenis kelamin, hipertensi lebih banyak ditemukan pada laki-laki yaitu sebesar 50,32%, sedangkan pada perempuan hanya sebesar 34,67%. Data ini hanya berasal dari 11 kabupaten/kota, karena 6 daerah lainnya tidak melaporkan hasil pemeriksaan tekanan darah di wilayahnya, meskipun demikian data tersebut di atas dapat menjadi acuan tentang gambaran kasus hipertensi di Sulawesi Tenggara yang persentasenya berada di atas prevalensi nasional.

Berdasarkan laporan tahunan Dinas kesehatan Provinsi Sultra bahwa trend penyakit yang ada, relatif tidak terlalu berbeda dari tahun ke tahun. Penyakit degeneratif atau penyakit tidak menular yang selalu ada dalam daftar ini adalah Hipertensi dan Diabetes Mellitus . Untuk tahun 2018, jenis PTM yang masuk dalam daftar 10 besar tidak bertambah, tapi yang menjadi catatan adalah kenaikan peringkatnya dalam daftar tersebut. Jika pada tahun 2017 Hipertensi berada pada urutan ke-4, pada tahun 2018 urutan tersebut bergeser dimana Hipertensi naik ke urutan 2. Hal ini menunjukkan bahwa meningkatnya jumlah penderita hipertensi di Sulawesi Tenggara setiap tahunnya. Hipertensi seringkali menjadi pemicu utama penyakitpenyakit degeneratif lainnya (Dinas Kesehatan Provinsi, 2018)

Data Dinas Kesehatan Kabupaten Konawe menyatakan hipertensi berada pada urutan ke 4 dari 10 besar penyakit. Prevalensi penyakit hipertensi di Kabupaten Konawe pada tahun 2018 mencapai 4.399 (100%). Selama 5 (lima) tahun terakhir kasus hipertensi terjadi peningkatan khususnya dalam penanganan penderita hipertensi (Dinas Kesehatan Konawe, 2019).

Desa Tondowatu memiliki jumlah penduduk 435 jiwa tahun 2021. Dengan jumlah kepala keluarga yakni berjumlah 116 KK Yang Terbagi Atas 3 Dusun. Puskesmas Morosi merupakan salah satu puskesmas di kabupaten Konawe. Data puskesmas Morosi, hipertensi masuk kedalam sepuluh besar penyakit Utama Yang banyak Diderita Oleh Masyarakat Desa Tondowatu.

Berdasarkan data diatas maka pengusul melakukan pengabdian kepada masyarakat tentang penyakit hipertensi di Desa Tondowatu

METODE

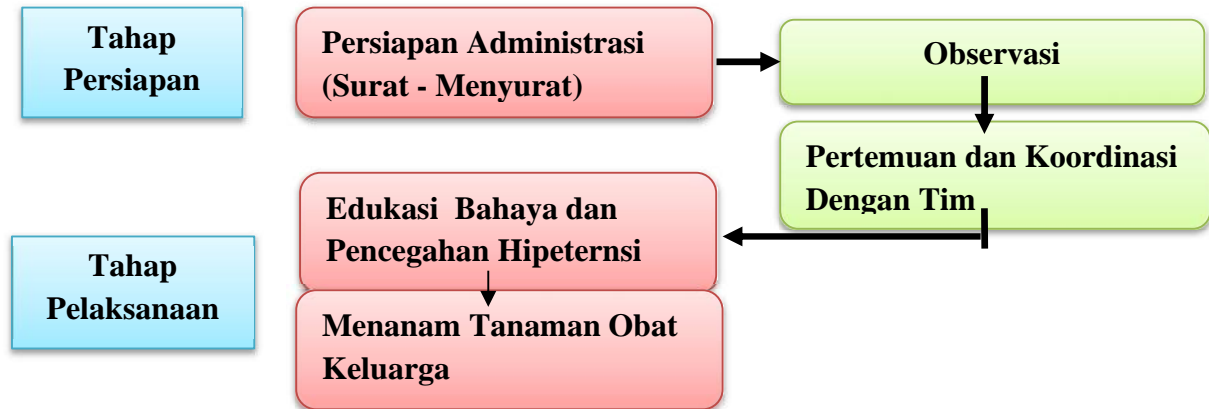
Adapun metode yang digunakan dalam kegiatan penyuluhan dalam rangka peningkatan pengetahuan masyarakat desa tondowatu khususnya pada masyarakat risiko tinggi terkait penyakit hipertensi yakni :

- a. Melakukan sosialisasi kepada aparat setempat terkait rencana kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
- b. Melakukan penyuluhan kesehatan dengan tema “waspada hipertensi pada masyarakat risiko tinggi desa tondowatu” dengan cara melakukan presentase dan Tanya jawab kepada masyarakat menggunakan komunikasi dua arah.

Adapun mekanisme pengukuran tingkat keberhasilan program penyuluhan hipertensi adalah tim melakukan pretest terlebih dahulu kepada masyarakat sebelum diberi penyuluhan tentang hipertensi dimana tujuan dari pretest itu sendiri adalah untuk mengukur tingkat pemahaman masyarakat diawal kegiatan, selanjutnya dilakukan intervensi berupa penyuluhan kesehatan dimana penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang bahaya dan pencegahan penyakit hipertensi dan langkah terakhir adalah tim melakukan kembali post test untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan masyarakat setelah dilakukan intervensi.

c. Melakukan kegiatan menanam tanaman obat keluarga yang dapat mencegah dan menyembuhkan penyakit hipertensi secara alami dan mudah didapatkan disekitar tempat tinggal.

Adapun tahapan kegiatan yang akan dilakukan dalam menyelesaikan permasalahan Mitra dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Tahapan Kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hipertensi sekarang jadi masalah utama tidak hanya di Indonesia tapi di dunia, karena hipertensi ini merupakan salah satu pintu masuk atau faktor risiko penyakit seperti jantung, gagal ginjal, diabetes, stroke. Untuk menekan kejadian hipertensi dan meningkatkan kualitas hidup penderita hipertensi dapat dilakukan pendampingan dengan pendidikan kesehatan kepada masyarakat berupa kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh dosen dari Program Studi Kesehatan masyarakat dan beberapa mahasiswa untuk melakukan kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan khususnya masyarakat Desa Tondowatu yang berisiko tinggi.

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan dengan cara penyuluhan kesehatan kepada masyarakat risiko tinggi tentang bahaya

dan cara pencegahan hipertensi yang dilaksanakan pada Tanggal 17 Maret 2022 Pukul 10.00 sampai 11.30 Wita. Adapun materi penyuluhan yang Tim Pengabdian Kepada Masyarakat bawakan meliputi :

- 1) Definisi dan klasifikasi hipertensi
- 2) Bahaya dan anacaman penyakit hipertensi pada manusia khususnya masyarakat risiko tinggi
- 3) Faktor risiko hipertensi
- 4) Pencegahan hipertensi

Selain penyuluhan kesehatan, tim Pengabdian Kepada Masyarakat bersama dengan beberapa mahasiswa Juga melakukan kegiatan menanam tanaman obat keluarga berupa tanaman herbal yang dapat digunakan untuk mencegah dan mengobati penyakit hipertensi. Kegiatan ini dilakukan di perkarangan rumah kepala Desa Tondowatu. Adapun jenis tanaman yang

digunakan untuk ditanaman sebagai tanaman herbal/obat keluarga yakni daun Kumis Kucing, Tomat, Serei Merah,

Kunyit Hitam, Lengkus, Sambiloto Dan Daun Miana).



Gambar 2. Penyuluhan Kesehatan Tentang Hipertensi



Gambar 3. Kegiatan Menanam Tanaman Obat Keluarga

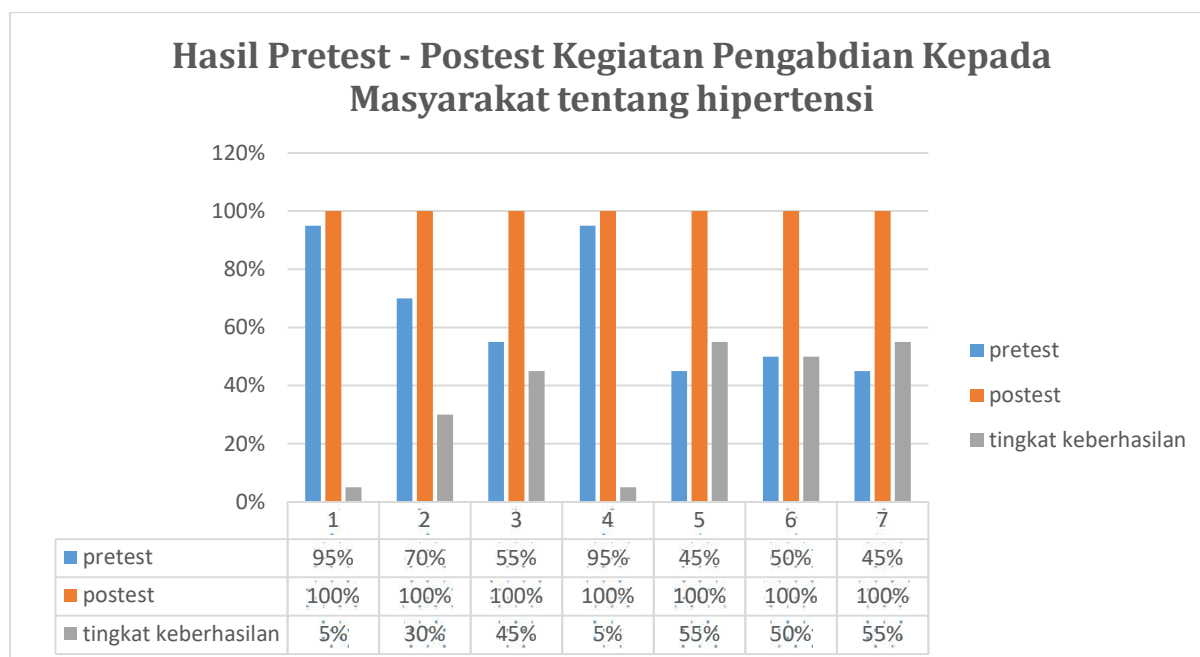
Pada Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini Tim pengabdian sebelum melakukan penyuluhan kesehatan tentang penyakit hipertensi Tim Pengabdian Kepada Masyarakat terlebih dahulu Memberikan kuesioner Pretest

kepada masyarakat yang akan dilakukan penyuluhan 30 menit sebelum pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dilakukan. Setelah dilakukan Pretest, Tim Melaksanakan penyuluhan kesehatan

tentang penyakit hipertensi yang dihadiri Oleh 31 Orang peserta yang rata rata berusia antara 28 - 65 tahun. Setelah paparan materi diberikan oleh tim Pengabdian Kepada Masyarakat, peserta dalam hal masyarakat risiko tinggi diberikan post-test dengan tujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan/pemahaman seputar penyakit hipertensi.

Pemberian tes Baik Pretest dan Postest dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang berisikan tentang/seputar penyakit hipertensi dengan total sasaran sebanyak 31 orang. Pertanyaan-pertanyaan yang diberikan adalah sama untuk soal *pre test* dan *post test*, dengan tujuan mengetahui apakah ada atau tidak peningkatan pengetahuan/pemahaman yang dimiliki oleh masing-masing sasaran setelah diberikan penyuluhan terkait penyakit hipertensi. Jumlah pertanyaan yang diberikan oleh tim yakni berjumlah 5

pertanyaan untuk identitas responden dan 7 pertanyaan seputar penyakit hipertensi. Adapun hasil Pretest dan Post Test penyuluhan hipertensi yakni Berdasarkan kuesioner yang diberikan oleh Tim Pengabdian Kepada Masyarakat Kesarasan diperoleh Hasil Pre-Test adalah 31.85 %, dari hasil ini dapat diperoleh informasi bahwa pengetahuan sasaran dalam hal ini masyarakat risiko tinggi terkait penyakit hipertensi tergolong dalam kategori masih kurang. Dan setelah dilakukan intervensi berupa kegiatan penyuluhan tentang bahaya dan pencegahan hipertensi Hasil yang diperoleh dari Post-Test adalah 100 %. Dari hasil Post-Test terdapat peningkatan pengetahuan sasaran setelah diberikan penyuluhan sebesar 17.5 % dari 31.85 % menjadi 100 % yang tergolong dalam kategori sangat baik. Hasil Kuesioner pre-test dan post-test dari sasaran terhadap kegiatan PKM tersaji pada gambar 4.



Gambar 4. Hasil Pretest-Postes kegiatan Pengabdian tentang hipertensi

Perilaku dipengaruhi dari pengetahuan dan sikap yang positif dapat mempengaruhi perilaku tersebut akan bersifat menetap (Notoadmodjo, 2007). Menurut Green dalam Notoadmodjo (2007) menjelaskan bahwa perilaku kesehatan bisa dikerjakan dengan baik jika dibawah dari tiga penyebab adalah 1). Predisposing faktor diantaranya sikap, pengetahuan, tingkat pendidikan, umur, ekonomi, kepercayaan dan budaya, 2), Enabling factors diantaranya sarana prasarana, keterjangkauan fasilitas dan ketersediaan pelayanan kesehatan dan 3). Reinforcing factors diantaranya dukungan keluarga, guru, sebaya, petugas kesehatan, tokoh masyarakat, dan pengambil keputusan.

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang memegang peran penting sehingga terbentuknya tindakan seseorang (overt behaviour) dari penelitian didapatkan ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan maka akan lebih baik dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. pengetahuan kesehatan mempunyai pengaruh dalam membentuk perilaku sebagai upaya hasil jangka menengah (intermediate impact) dari pendidikan kesehatan yang di berikan. Sebelum meninggalkan ruangan semua peserta memeriksakan tekanan darah sambil melakukan diskusi kepada masyarakat terhadap keluhan yang dirasakan ataupun keluarganya

KESIMPULAN

Adapun kesimpulan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah :

1. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai penyuluhan Hipertensi telah terlaksana dengan sangat baik. Para peserta yang hadir sangat bersemangat dan antusias dalam menyimak materi yang diberikan oleh tim.
2. Terjadi peningkatan pengetahuan 17.5 % terhadap pengetahuan tentang hipertensi dengan adanya penyuluhan peserta lebih paham tentang apa itu hipertensi ,tanda dan gejala serta bagaimana cara pencegahan hipertensi.
3. Masyarakat sangat antusias dengan adanya tanaman oat keluarga yang dapat digunakan sebagai obat herbal alami guna menurunkan kadar hipertensi.
4. Peserta yang hadir diharapkan dapat memberi informasi kepada keluarga serta kepada masyarakat sekitar tempat tinggalnya sehingga banyak yang paham dan mengaplikasikannya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Mandala Waluya Maupun Yayasan Mandala Waluyayang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk melaksanakan tridharma Perguruan Tinggi utamanya dalam Pengabdian Kepada Masyarakat. Tak lupa pula kami ucapkan terimakasih pula kepada pihak terkait yang telah banyak membantu dan memberikan dukungan kepada Kami dalam pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini mulai dari Kepala Desa Tondowatu utamanya terkait

kesediaan lokasi pengabdian, masyarakat Desa Tondowatu dan mahasiswa yang telah membantu kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinkes sultra. (2018). Profil kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara. Kendari: Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara.
- Dinas Kesehatan Kab. Konawe (2019). Profil Kesehatan Kab. Konawe; 2019.
- Imelda, I., Sjaaf, F., & Puspita, T. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. *Health & Medical Journal*, 2(2), 68–77. <https://doi.org/10.33854/heme.v2i2.532>.
- Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan. (2018). RISKESDAS 2018, Kementerian Kesehatan. Riset Kesehatan Dasar, 53(9). Retrieved from https://www.persi.or.id/images/2017/litban/g/riskesdas_launching.pdf.
- Laporan KKN Mahasiswa Universitas Mandala Waluya. 2022. Profil Desa Todowatu Kecamatan Morosi.
- Notoatmodjo, S. 2007. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta : Rineka Cipta