



**PENYULUHAN KESEHATAN HIPERTENSI DAN PEMERIKSAAN
TEKANAN DARAH PADA MASYARAKAT SUNGAI TIUNG RT.32
WILAYAH KERJA PUSKESMAS CEMPAKA**

Erna Fauziah^{1CA}, Evi Risa Mariana², Ainun Sajidah³, Mutia Annisa⁴, Silviya Dilla⁵
^{1,2,3,4,5}Poltekkes Kemenkes Banjarmasin Jurusan Keperawatan

Ernafauziah268@gmail.com

ABSTRACT

Hypertension is a condition in which a person experiences an increase in blood pressure above normal which results in morbidity and mortality. Hypertension is often referred to as the silent killer because it is deadly without being accompanied by its symptoms as a warning to its victims. With the Implementation of Community Service Activities it is hoped that the Lecturers of the Nursing Department of the Banjarmasin Ministry of Health Poltekkes can contribute to the community to improve health status, especially in the health sector of Non-Communicable Diseases (PTM). The implementation of Community Service Activities was carried out with 2 main activities starting with the first activity, namely the Implementation of Health Education about Hypertension once, followed by an evaluation in the form of distributing questionnaires to participants and providing opportunities to ask questions. In the second activity, namely Checking Blood Pressure in the Community. The targets of this activity consisted of 6 young women, 21 adult women, and 13 elderly women who are residents of the Sungai Tiung sub-district, RT. 32 Banjarbaru City. After counseling the PKM participants had good knowledge about hypertension as many as 30 people (75%) and there were still 10 people (25%) who had sufficient knowledge. Questionnaire question number 8 (hypertension always causes symptoms/complaints) received the most wrong answers from counseling participants (the community/mothers) as many as 36 people (90%) this means that people still think that hypertension always causes symptoms/complaints, so it is necessary to hold health promotion about hypertension which does not always cause symptoms, as well as motivating people to check their blood pressure regularly even if there are no symptoms.

Keywords: Hypertension, Community, Health Education

ABSTRAK

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yang mengakibatkan angka kesakitan atau morbiditas dan angka kematian atau mortalitas. Hipertensi sering kali disebut sebagai pembunuh gelap (*silent killer*) karena termasuk yang mematikan tanpa disertai dengan gejala-gejalanya lebih dahulu sebagai peringatan bagi korbannya. Adanya Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat diharapkan para Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Banjarmasin dapat memberikan kontribusi pada masyarakat untuk peningkatan status kesehatan terutama di bidang kesehatan Penyakit Tidak Menular (PTM). Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

dilaksanakan dengan 2 kegiatan utama diawali dengan kegiatan pertama yaitu Pelaksanaan Penyuluhan Kesehatan tentang Hipertensi sebanyak sekali dilanjutkan dengan evaluasi berupa pembagian kuesioner kepada peserta serta memberikan kesempatan untuk bertanya. Pada kegiatan kedua yaitu Pemeriksaan Tekanan Darah pada Masyarakat. Sasaran kegiatan ini terdiri dari 6 orang remaja putri, 21 orang wanita dewasa, dan 13 orang wanita lansia yang merupakan warga kelurahan Sungai Tiung RT. 32 Kota Banjarbaru. Setelah dilakukan penyuluhan peserta PKM memiliki pengetahuan baik tentang hipertensi sebanyak 30 orang (75%) dan masih terdapat 10 orang (25%) yang berpengetahuan cukup. Pertanyaan kuesioner nomor 8 (hipertensi selalu menimbulkan gejala/keluhan) paling banyak mendapat jawaban salah dari peserta penyuluhan (masyarakat/ibu-ibu) sebanyak 36 orang (90%) ini berarti masyarakat masih beranggapan bahwa hipertensi selalu menimbulkan gejala/keluhan, sehingga perlu diadakannya promosi kesehatan tentang Hipertensi yang tidak selalu menimbulkan gejala, serta memotivasi masyarakat untuk rutin mengecek tekanan darahnya walaupun tidak terdapat gejala.

Kata Kunci: Hipertensi, Masyarakat, Penyuluhan Kesehatan

I. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang mengakibatkan angka kesakitan yang tinggi. Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yang mengakibatkan angka kesakitan atau morbiditas dan angka kematian atau mortalitas. Badan Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan Pada tahun 2025 diproyeksikan sekitar 29 persen warga dunia terkena hipertensi, the silent killer adalah istilah tepat bagi penyakit hipertensi karena penyakit ini tanpa memberikan gejala dan keluhan dan jarang penderitanya menyadari penyakit ini. Menurut WHO batas normal tekanan darah adalah 120-140 mmHg tekanan sistolik dan 80 - 90 mmHg tekanan diastolik. Seseorang dinyatakan mengidap hipertensi bila tekanan darahnya >140/90 mmHg. Sedangkan menurut JNC VII 2003 tekanan darah pada orang dewasa dengan usia diatas 18 tahun diklasifikasikan menderita hipertensi stadium I apabila tekanan sistoliknya 140-159 mmHg dan tekanan diastoliknya 90-99 mmHg. Diklasifikasikan menderita hipertensi stadium II apabila tekanan sistoliknya lebih 160 mmHg dan diastoliknya lebih dari 100 mmHg sedangkan hipertensi stadium III apabila tekanan sistoliknya lebih dari 180 mmHg dan tekanan diastoliknya lebih dari 116 mmHg (Suprayitno1, 2019). Prevalensi hipertensi di seluruh dunia, diperkirakan sekitar 15-20%. Hipertensi lebih banyak menyerang pada usia setengah baya pada golongan umur 55- 64 tahun. Hipertensi di Asia diperkirakan sudah mencapai 8-18% pada tahun 2009, hipertensi dijumpai pada 4.400 per 10.000 penduduk. 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%) (*Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf*, t.t.). Pendidikan kesehatan adalah suatu usaha (kegiatan) untuk membantu perorangan dan masyarakat melalui proses belajar yang berpengaruh terhadap kebiasaan, sikap, dan pengetahuan, sehingga mampu meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan tanggal 12 Juli 2022 kepada petugas Puskesmas Cempaka, dikatakan bahwa PTM tergolong tinggi, khususnya penyakit hipertensi, bahkan dapat ditemukan pada usia produktif. Selain itu pula berdasarkan wawancara pada beberapa masyarakat yang hipertensi mereka sering mengkonsumsi makanan yang asin-asin, dan juga ada beberapa karena riwayat keluarga (orang tua) yang juga menderita penyakit hipertensi. Mengatasi permasalahan terkait hipertensi, maka diperlukan Penyuluhan Kesehatan tentang Hipertensi sebagai batasan pendidikan

kesehatan. Sebagaimana yang dikemukakan ahli kesehatan yaitu Wood 1926 “ Pendidikan Kesehatan (Health Education) merupakan pengetahuan yang bermanfaat untuk perubahan kebiasaan sehari-hari, perubahan sikap, dan penambahan pengetahuan bagi kelompok dan masyarakat luas” (Widiyastuti dkk., 2022).

Hal ini selaras dengan Program pengabdian masyarakat yang diselenggarakan oleh Jurusan Keperawatan Banjarbaru Poltekkes Kemenkes Banjarmasin merupakan kegiatan tahunan dalam rangka melaksanakan kewajiban para dosen dalam melaksanakan Tridharma Perguruan Tinggi yaitu melakukan kegiatan Pengabdian Masyarakat. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini diharapkan untuk para Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Banjarmasin dapat memberikan kontribusi pada masyarakat untuk peningkatan status kesehatan terutama di bidang kesehatan Penyakit Tidak Menular (PTM). Fenomena tersebut memerlukan tindak lanjut berupa kegiatan pengabdian masyarakat yaitu berupa penyuluhan kesehatan hipertensi dan pemeriksaan tekanan darah pada masyarakat Sungai Tiung RT. 32 wilayah kerja Puskesmas Cempaka.

II. METODE

Kegiatan Pengabdian Masyarakat dilaksanakan dengan 2 kegiatan utama diawali dengan kegiatan pertama yaitu Pelaksanaan Penyuluhan Kesehatan tentang Hipertensi sebanyak sekali dilanjutkan dengan evaluasi berupa pembagian kuesioner kepada peserta serta memberikan kesempatan bagi peserta untuk bertanya, dan kegiatan kedua yaitu pemeriksaan Tekanan Darah pada Masyarakat bersamaan dengan kegiatan Posbindu Puskesmas Cempaka di kelurahan Sungai Tiung RT. 32 Kota Banjarbaru.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat terdiri dari 2 kegiatan utama yaitu Pelaksanaan Penyuluhan Kesehatan tentang Hipertensi dan Melakukan Evaluasi serta Pemeriksaan Tekanan Darah pada Masyarakat. Kegiatan pertama adalah Pelaksanaan Penyuluhan Kesehatan tentang Hipertensi. Sabtu, tanggal 27 Agustus 2022 dengan jumlah keseluruhan adalah 40 orang perempuan. Peserta terdiri dari 6 orang remaja putri, 21 orang wanita dewasa, dan Wanita lansia 13 orang. Penyuluhan kepada masyarakat mengenai hipertensi, mulai dari pengertian, penyebab, dampak, pencegahan dan penatalaksanaan. Setelah selesai penyuluhan tim penyuluh melakukan evaluasi dengan membagikan kuesioner kepada peserta. Tim penyuluh juga memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya. Peserta antusias dengan kegiatan penyuluhan, terlihat dari kesediaannya menjawab kuesioner yang diberikan dan mengajukan beberapa pertanyaan. Pertanyaan yang dominan mengenai gejala – gejala hipertensi serta pencegahannya. Salah satu diantaranya masyarakat (peserta) bertanya terkait makanan yang memicu hipertensi, seperti makanan apa saja yang dapat memperparah hipertensi dan pertanyaan mengenai berupa batas normal konsumsi garam perharinya.

Konsumsi garam atau banyaknya kandungan natrium dalam makanan yang dikonsumsi oleh masyarakat merupakan salah satu penyebab hipertensi. Natrium yang diserap ke dalam pembuluh darah yang berasal dari konsumsi garam yang tinggi mengakibatkan adanya retensi air, sehingga volume darah meningkat. Hal ini yang mengakibatkan naiknya tekanan darah. Asupan natrium yang tinggi akan menyebabkan pengeluaran berlebihan dari hormon natriouretik yang secara tidak langsung akan meningkatkan tekanan darah (Yunus dkk., 2023).



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan Kesehatan tentang Hipertensi kepada Masyarakat Sungai Tiung Rt 32

Hasil pengetahuan masyarakat berdasarkan kuesioner yang diberikan setelah penyuluhan adalah didapatkan hasil sebanyak 30 orang (75%) memiliki pengetahuan baik dan 10 orang (25%) memiliki pengetahuan cukup.

Tabel 1. Presentasi Hasil Pegetahuan Berdasarkan Kuesioner

No	Kategori	Jumlah (Org)	Persentase
1	Pengetahuan Baik	30	75%
2	Pengetahuan Cukup	10	25%
	Total	40	100%

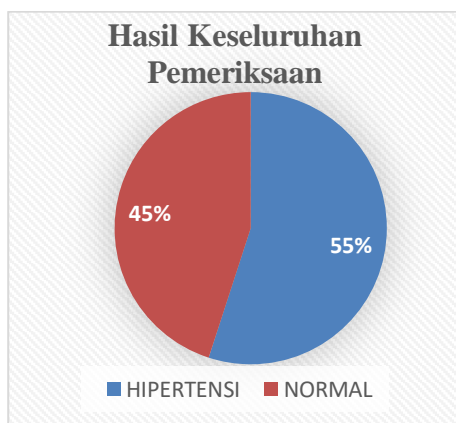
Meskipun hasil yang didapatkan sebanyak 30 orang (75%) memiliki pengetahuan baik, tetapi dari pertanyaan kuesioner nomor 8 (hipertensi selalu menimbulkan gejala/keluhan) paling banyak mendapat jawaban salah dari peserta penyuluhan (masyarakat/ibu-ibu) sebanyak 36 orang (90%). Hal ini menunjukkan masyarakat menganggap penyakit hipertensi selalu ada gejala dan ini menunjukkan masyarakat tidak mengetahui lebih lanjut tentang penyakit hipertensi. tetapi dari pertanyaan kuesioner nomor 8 (hipertensi selalu menimbulkan gejala/keluhan) paling banyak mendapat jawaban salah dari peserta penyuluhan (masyarakat/ibu-ibu) sebanyak 36 orang (90%). Pengetahuan adalah faktor intern yang mempengaruhi terbentuknya perilaku. Perilaku seseorang tersebut akan berdampak pada status kesehatannya (Wulansari dkk., 2013 dalam Notoatmodjo, 2007). Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa adanya kekeliruan persepsi masyarakat mengenai hipertensi yang seharusnya sebagai the silent killer atau pembunuh diam- diam. Perbedaan persepsi yang dimaksud terkait konsep dan persepsi sehat-sakit didalam masyarakat. Dimana mereka merasa dirinya sakit saat tubuh tidak dapat menjalankan

aktivitas sehari-hari, maka barulah mereka memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan (Wandira dkk., 2020)

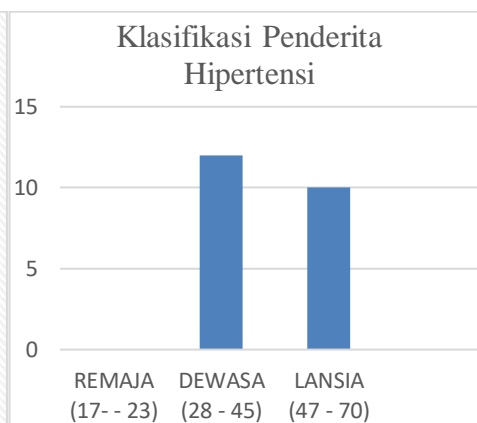
Umumnya hipertensi terjadi tanpa gejala (asimptotis). Sebagian besar orang tidak merasakan apapun, walaupun tekanan darahnya jauh melebihi batas normal. Kurangnya pemahaman yang pasti mengenai hipertensi menyebabkan masyarakat selalu merasa sehat dengan keadaannya. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi hipertensi di Kalimantan Selatan berada di angka 44,13 persen, di mana 11,8 persen di antaranya tidak minum obat sama sekali dan 27,56 persen tidak rutin minum obat. Adapun alasan penderita hipertensi tidak minum obat antara lain karena merasa sehat (62,0 persen). (*Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf*, t.t.). Pengetahuan pasien mengenai hipertensi juga berpengaruh pada kepatuhan pasien dalam melakukan pengobatan. Pasien dengan tingkat pengetahuan yang baik tentang hipertensi akan patuh terhadap pengobatan (Wulansari dkk., 2013).



Gambar 2. Kegiatan Pemeriksaan Tekanan Darah pada Masyarakat Sungai Tiung Rt 32



Gambar 3. Total Hasil Keseluruhan Pemeriksaan



Gambar 4. Hasil Pemeriksaan Berdasarkan Usia

Hasil pemeriksaan tekanan darah didapatkan sebesar 0% remaja akhir putri tidak mengalami hipertensi yaitu 6 dari 6 remaja akhir putri yang diperiksa tekanan darahnya. 30%

Wanita dewasa yang mengalami hipertensi dengan jumlah 12 orang dari 21 orang Wanita dewasa. 25 % lansia yang mengalami hipertensi dengan jumlah 10 dari 13 orang Wanita lansia. Berdasarkan data tersebut dapat diketahui bahwa adanya hubungan hipertensi dengan usia. Hal ini diperkuat dengan data Riskesdes, 2018 yang menunjukkan peningkatan prevalensi hipertensi berdasarkan tingkatan kelompok usia, yaitu usia 18- 24 dengan 0,94 %, usia 25- 34 dengan 2,84 %, usia 35- 44 dengan 8,33 %, usia 45- 54 dengan 16,32 %, usia 55- 64 dengan 22,59 %, usia 65- 74 dengan 27,185. Menurut (Maulidina, 2019) Semakin bertambahnya usia seseorang, maka tekanan darah seseorang juga akan meningkat, ini bisa disebabkan oleh beberapa faktor seperti perubahan alami pada jantung serta pembuluh darah seseorang, perubahan ini terjadi secara alami sebagai proses penuaan (Sheep, 2005). faktor usia umumnya adalah pada rentang dewasa-lansia karena pada rentang tersebut peserta mulai merasakan perubahan kondisi fisik dan staminanya (Aninda dkk., t.t.). Dengan demikian, faktor usia sangat berpengaruh terhadap resiko kejadian hipertensi

IV. SIMPULAN

Berdasarkan evaluasi berupa kuesioner setelah berakhirnya pelaksanaan Penyuluhan Kesehatan tentang Hipertensi kepada masyarakat didapatkan data bahwa sebanyak 30 orang (75%) terdapat berpengetahuan yang baik dan 10 orang (25%) berpengetahuan cukup. Hal ini didasarkan kurangnya pengetahuan masyarakat tentang hipertensi khususnya masyarakat menganggap penyakit hipertensi selalu ada gejala dibuktikan dengan pernyataan kuesioner nomor 8 (hipertensi selalu menimbulkan gejala/keluhan) paling banyak mendapat jawaban salah dari peserta penyuluhan (masyarakat/ibu-ibu) sebanyak 36 orang (90%). Responden yang tergolong penderita hipertensi sebanyak 22 orang (55%) dan yang memiliki tekanan darah normal sebanyak 18 orang (45%). Pihak puskesmas disarankan melakukan promosi kesehatan tentang Hipertensi yang tidak selalu menimbulkan gejala, serta memotivasi masyarakat untuk rutin mengecek tekanan darahnya walaupun tidak terdapat gejala

DAFTAR PUSTAKA

- Aninda, Y. H., Agita, T. T., Nuha, H. D., Prameswara, D., Widyowati, S. I., Renaldi, F., Puspitasari, D. J., Wulandari, W., & Kusumaningrum, T. A. I. (t.t.). *Upaya Peningkatan Pengetahuan Hipertensi melalui Media Booklet, Leaflet dan Seminar di Kelurahan Kunden. Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf.* (t.t.).
- Maulidina, F. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur Bekasi Tahun 2018. *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)*, 4(1), 149-155. <https://doi.org/10.22236/arkesmas.v4i1.3141>
- Suprayitno1, E. (2019). Gambaran Status Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Desa Karanganyar Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 4(2), 20-24. <https://doi.org/10.24929/jik.v4i2.799>
- Wandira, W., Hidayat, U. R., & Purnomo, A. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Pengendalian Hipertensi Dan Tingkat Pemanfaatan Fasilitas Kesehatan Dengan Terjadinya Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Kakap. *Khatulistiwa Nursing Journal*, 2(1). <https://doi.org/10.53399/knj.v2i1.25>
- Widiyastuti, N. E., Pragastiwi, E. A., Ratnasari, D., Irnawati, Y., Maulanti, T., Christiana, I., Hartati, D., Rofika, A., Deviani, D. A., Angraini, W., Budi, Y. S., Fadila, E., Wijayanti, I. T., & Lestari, I. F. (2022). *Promosi dan Pendidikan Kesehatan*. Sada Kurnia Pustaka.
- Wulansari, J., Ichsan, B., & Usdiana, D. (2013). HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG HIPERTENSI DENGAN PENGENDALIAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI

POLIKLINIK PENYAKIT DALAM RSUD DR.MOEWARDI SURAKARTA. *Biomedika*, 5(1).
<https://doi.org/10.23917/biomedika.v5i1.271>

Yunus, M. H., Kadir, S., & Lalu, N. A. S. (2023). THE RELATIONSHIP BETWEEN SALT CONSUMPTION PATTERNS AND THE INCIDENCE OF HYPERTENSION IN THE ELDERLY AT THE KOTA TENGAH HEALTH CENTER. *Journal Health & Science: Gorontalo Journal Health and Science Community*, 7(1), 163–171.
<https://doi.org/10.35971/gojhes.v7i1.16279>