

Peningkatan Pengetahuan dan Kesadaran Mengenai Hipertensi Melalui Intervensi Fisik dan Non Fisik di Desa Rinondoran Jaga I dan II Kecamatan Likupang Timur

Anggun Hutagalung¹, Farhad Alheid¹, Nurmifta Latara¹, Asep Rahman¹

¹ Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi
Email: anggunhutagalung121@student.unsrat.ac.id

ABSTRACT

Hypertension or high blood pressure is a disease in which blood pressure in the blood vessels increases significantly. One of the factors causing the large number of people with hypertension in Rinondoran Village is diet and genetic factors. The aim of this activity is to increase knowledge and awareness of the Rinondoran Jaga I and II Village community regarding hypertension. The implementation method used is outreach to the community and installation of standing banners, posters, and distribution of pamphlets. The targets for implementing the physical and non-physical interventions were the people of Rinondoran Jaga I and II Villages, which were carried out during the worship of the men of the fathers and the women of the mothers of the KGPM Rinondoran congregation. The implementation of hypertension education begins with giving a pre-test before the education is carried out, then after the education, a post-test is given again to compare the level of community knowledge before and after the education. Overall, in PBL I and II there was quite good improvement, while in PBL III, there were more participants who were still categorized as poor. The factor of moving 1 PBL III participant also influenced the results of the overall evaluation.

Keywords: Hypertension, High Blood Pressure, Counseling

ABSTRAK

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu penyakit dimana tekanan darah pada pembuluh darah meningkat secara signifikan. Salah satu faktor penyebab dari banyaknya pengidap penyakit hipertensi di Desa Rinondoran ialah faktor pola makan dan genetik. Tujuan dari kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat Desa Rinondoran jaga I dan II mengenai hipertensi. Metode pelaksanaan yang dilakukan yaitu penyuluhan kepada masyarakat dan pemasangan standing banner, poster, serta pembagian pamflet. Sasaran pelaksanaan intervensi fisik dan non fisik ialah masyarakat Desa Rinondoran Jaga I dan II yang dilakukan pada saat ibadah pria kaum bapa dan wanita kaum ibu jemaat KGPM Rinondoran. Pelaksanaan penyuluhan hipertensi diawali dengan pemberian pre-test sebelum dilakukan penyuluhan kemudian sesudah penyuluhan kembali diberikan post-test untuk membandingkan tingkat pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah penyuluhan. Secara keseluruhan, pada PBL I dan II terjadi peningkatan yang cukup baik, sedangkan pada PBL III, terdapat lebih banyak peserta yang masih dikategorikan sebagai kurang. Faktor pindahnya 1 peserta PBL III juga turut mempengaruhi hasil dari evaluasi secara keseluruhan.

Kata kunci: Hipertensi, Tekanan Darah Tinggi, Penyuluhan

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan masyarakat dapat diakibatkan oleh penyakit menular maupun tidak menular. Banyak masyarakat yang berpikir bahwa penyakit menular lebih berbahaya dibandingkan penyakit tidak menular, tetapi anggapan tersebut adalah hal yang keliru, karena penyakit menular maupun tidak menular dapat memberikan dampak yang berbahaya bagi kesehatan masyarakat. Salah satu penyakit tidak menular yang berbahaya ialah hipertensi atau biasa disebut tekanan darah tinggi. Hipertensi ialah suatu penyakit dimana tekanan darah pada pembuluh darah

meningkat secara signifikan. Terjadinya pemenuhan oksigen dan nutrisi dari tubuh menyebabkan jantung bekerja lebih keras untuk memompa darah. Jika tidak diobati, penyakit ini akan mempengaruhi fungsi organ vital lainnya seperti jantung dan ginjal. Hipertensi diartikan sebagai tekanan darah tinggi beserta tekanan sistolik, tekanan darah diastolik 140 mmHg atau lebih tinggi dan tekanan darah diastolik hingga 90 mmHg pada dua pengukuran yang dilakukan selang waktu 5 menit dengan istirahat yang cukup. Menurut data WHO, penderita tekanan darah tinggi sekitar 600 juta orang di seluruh dunia.

Prevalensi tertinggi terdapat di Afrika sebesar 46% penduduk dewasa, dan prevalensi terendah terdapat di Amerika sebesar 35%. Selain itu, prevalensi hipertensi masih relatif tinggi di negara maju dan berkembang. Menurut Kemenkes kasus hipertensi di Indonesia mencapai 34,1% atau 70 juta lebih penduduk (Pratiwi, 2020).

Salah satu provinsi di Indonesia yakni Sulawesi Utara tepatnya di kecamatan Likupang Timur, mengalami permasalahan kesehatan yaitu hipertensi, hal ini diketahui berdasarkan data sekunder yang diambil dari Puskesmas Likupang Timur tahun 2023, terdapat 136 jumlah kasus hipertensi. Terdapat salah satu desa di Kecamatan Likupang Timur yang bernama desa Rinondoran memiliki jumlah kasus hipertensi 54 responden dari 81 sample jaga I dan II di desa Rinondoran yang diambil pada saat praktik belajar lapangan I dan II tahun 2023.

Salah satu faktor penyebab dari banyaknya pengidap penyakit hipertensi di desa Rinondoran ialah faktor pola makan dan genetik, faktor pola makan ialah kebiasaan masyarakat yang mengonsumsi makanan tinggi protein yang berlebih, sedangkan pada faktor genetik dimana banyak masyarakat desa Rinondoran yang memiliki riwayat keluarga yang mengidap hipertensi seperti Ayah, Ibu, Kakek, maupun Nenek, yang sudah mengidap penyakit hipertensi, sehingga menyebabkan risiko untuk mengalami hipertensi dengan anggota keluarga yang lain (Ansar, Dwinata and M, 2019).

Banyaknya kasus hipertensi di desa Rinondoran jaga I dan II, menjadikan hipertensi salah satu prioritas masalah pada Praktik Belajar Lapangan I dan II. Intervensi yang dilakukan terhadap masalah hipertensi berupa intervensi fisik maupun non fisik, intervensi fisik yang dilakukan ialah pemasangan standing banner, dan poster di kantor desa, dan pembagian pamflet ke masyarakat desa Rinondoran jaga I dan II bersamaan saat penyuluhan yang merupakan intervensi non fisik.

METODE PENELITIAN

Praktik Belajar Lapangan I dan II dilaksanakan di Desa Rinondoran Kecamatan Likupang Timur dalam jangka waktu 3 minggu yaitu dari tanggal 11 Juli 2023 hingga 1 Agustus 2023, dan Praktik Belajar Lapangan III dilaksanakan juga di Desa Rinondoran Kecamatan Likupang Timur pada tanggal 18 Januari 2024 hingga 2 Februari 2024. Metode pelaksanaan yang dilakukan yaitu penyuluhan kepada masyarakat dan

pemasangan standing banner, poster, serta pembagian pamflet. Sasaran pelaksanaan intervensi fisik dan non fisik ialah masyarakat desa Rinondoran Jaga I dan II yang dilakukan pada saat ibadah pria kaum bapa dan wanita kaum ibu jemaat KGPM Rinondoran yang dihadiri oleh 12 orang. Pelaksanaan penyuluhan hipertensi diawali dengan pemberian pre-test (pengukuran awal) kepada kaum bapa dan kaum ibu KGPM Rinondoran sebelum dilakukan penyuluhan. Pada saat melakukan penyuluhan, diberikan pamflet mengenai informasi seputar hipertensi, dan setelah melakukan penyuluhan, diberikan post-test (pengukuran akhir) untuk membandingkan tingkat pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah penyuluhan, serta membagikan pamflet melalui media sosial yaitu Whatsapp kepada masyarakat yang mengikuti penyuluhan.

Evaluasi yang dilakukan pada Praktik Belajar Lapangan III ialah observasi intervensi fisik di kantor desa serta aparat desa dan pembagian google form kepada masyarakat yang sudah mengikuti penyuluhan pada Praktik Belajar Lapangan I dan II, evaluasi ini dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang hipertensi pada kaum bapa dan kaum ibu KGPM dan dampak positif dari pemasangan intervensi berupa standing banner dan poster di kantor desa bagi masyarakat yang membaca atau melihat pada saat berada di kantor desa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan intervensi mengenai hipertensi pada PBL I dan II yang telah dilakukan di ibadah pria kaum bapa dan wanita kaum ibu Jemaat KGPM Rinondoran di salah satu rumah warga masyarakat jaga I desa Rinondoran, kegiatan ini dihadiri oleh 10 orang untuk materinya yaitu tentang seputar hipertensi yang dipaparkan oleh mahasiswa Universitas Sam Ratulangi (lihat Gambar 1). Materi penyuluhan mengenai hipertensi disampaikan melalui media kertas yaitu pamflet yang dibagikan kepada masing-masing peserta.

Materi penyuluhan mengenai hipertensi diawali dengan membagikan kuisioner yaitu pre-test kepada peserta, untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta mengenai hipertensi sebelum diberikan materi seputar hipertensi. Setelah penyuluhan dilakukan peserta kembali diberikan kuisioner yaitu post-test untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta mengenai hipertensi.



Gambar 1. Kegiatan Intervensi Penyuluhan Hipertensi, Pre-Test, Post-Test

Berikut ini adalah hasil pre-test dan post-test pengetahuan responden tentang hipertensi:

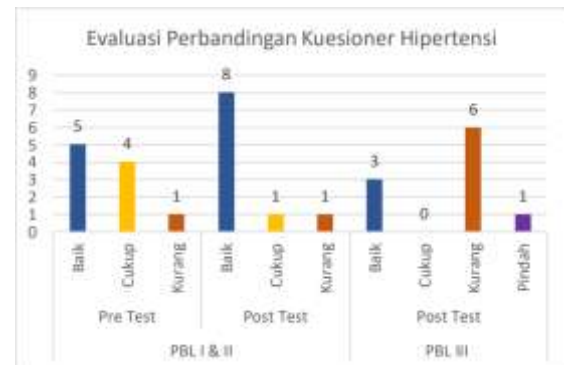
Tabel 1. Perbandingan Hasil Pre-Test dan Post-Test Pengetahuan Responden tentang Hipertensi

Kategori Pengetahuan	Pre-Test	%	Post-Test	%
Baik	5	50,0	8	80,0
Cukup	4	40,0	1	10,0
Kurang	1	10,0	1	10,0
Total	10	100,0	10	100,0

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa sebelum melakukan penyuluhan terdapat 5 responden masuk dalam kategori baik (50%), 4 responden masuk dalam kategori cukup (40%), dan 1 responden masuk dalam kategori kurang (10%). Setelah dilakukan penyuluhan hasilnya 8

responden masuk dalam kategori baik (80%), 1 responden dalam kategori cukup (10%), dan 1 responden masuk dalam kategori kurang (10%).

Setelah kegiatan intervensi PBL I dan II dilakukan, dilanjutkan kegiatan PBL III yakni mengenai evaluasi dari hasil kegiatan intervensi PBL I dan II. Kegiatan evaluasi yang dilakukan ialah kembali memberikan kuisioner kepada responden yang sebelumnya mengikuti kegiatan intervensi hipertensi. Dalam kegiatan evaluasi ini, diberikan kuisioner mengenai hipertensi.



Gambar 2. Diagram Evaluasi Perbandingan Kuesioner Hipertensi

Gambar 2 di atas dapat dilihat perbandingan peserta penyuluhan hipertensi pada PBL I dan II yang dihadiri oleh 10 peserta, dimana pada PBL III peserta yang di evaluasi yakni 9 peserta saja, hal ini disebabkan karena 1 peserta sudah tidak menempati desa Rinondoran, hasil post-test menunjukkan bahwa 3 peserta dikategorikan baik, dan 6 peserta masih kurang, selain itu, 1 peserta dikategorikan pindah. Secara keseluruhan, PBL I II dan III menunjukkan perbedaan signifikan dalam hasil post-test. Pada PBL I dan II terjadi peningkatan yang cukup baik, sedangkan pada PBL III, terdapat lebih banyak peserta yang masih dikategorikan sebagai kurang. Faktor pindahnya 1 peserta PBL III juga turut mempengaruhi hasil dari evaluasi secara keseluruhan.

Intervensi dan evaluasi yang dilakukan pada masyarakat desa Rinondoran Jemaat KGPM, untuk mengetahui pengetahuan masyarakat desa Rinondoran mengenai hipertensi. Pengetahuan yang dimaksud adalah apakah masyarakat mengetahui bahaya dari hipertensi tersebut, apa faktor penyebab dari hipertensi, apakah hipertensi merupakan penyakit turunan, dan juga bagaimana cara pencegahan dan pengobatannya. Kuisioner hipertensi dijalankan kepada masyarakat desa Rinondoran hasil dari data yang kami dapat pada PBL I dan II, 31 responden (70,5%) di jaga I dan 23 responden (62,6%) di jaga II memiliki

anggota keluarga maupun responden yang menderita hipertensi. Jumlah tersebut merupakan jumlah yang cukup banyak penderita hipertensi yang ada di desa Rinondoran Jaga I dan II, salah satu penyebab dari tinggi nya kasus hipertensi di desa Rinondoran ialah tingkat pengetahuan masyarakat yang masih rendah mengenai bahaya dari hipertensi tersebut. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat yaitu dengan membagikan kuisioner serta melakukan penyuluhan, sehingga masyarakat dapat menambah pengetahuan masyarakat mengenai penyebab, bahaya, dan pencegahan serta pengobatan hipertensi.

<http://www.jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/download/263/177>.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan ini maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kegiatan penyuluhan mengenai hipertensi yang diikuti oleh kaum bapa dan kaum ibu jemaat KGPM Rinondoran dapat meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi.
2. Tingkat pengetahuan masyarakat desa Rinondoran masih belum meningkat, namun masyarakat sudah memahami tentang penyebab, bahaya dan pencegahan serta pengobatan hipertensi.

SARAN

Diharapkan pemerintah desa Rinondoran dapat mendorong masyarakat untuk lebih peduli dengan kesehatan terkhusus mengenai hipertensi, dan mengutus tenaga kesehatan untuk rajin melakukan kegiatan pemeriksaan kesehatan setiap bulan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ansar, J., Dwinata, I. and M, A. (2019) 'Determinan Kejadian Hipertensi Pada Pengunjung Posbindu DiWilayah Kerja Puskesmas Ballaparang Kota Makassar', Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan, 1(3), pp. 28-35.
- Pratiwi, A. (2020) 'Pengaruh Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi', Masker Medika, 8(2), pp. 263-267. doi: 10.52523/maskermedika.v8i2.414.
- St. Rahmawati Hamzah, at all (2022) 'Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi', Jurnal Pengabdian Masyarakat Kasih Stikes Dirgahayu, 3(2), pp. 7-13.
- Tika, T. T. (2021) 'Pengaruh Pemberian Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) Pada Penyakit Hipertensi', Jurnal Medika, 03(01), pp. 1260-1265. Available at: