

Edukasi Upaya Pencegahan Hipertensi pada Masyarakat di Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow

Hairil Akbar^{1*}, Finni Fitria Tumiwa²

STIKES Graha Medika,

Raya AKD RSI Moonow Lantai II Mongkonai Barat Kotamobagu^{1,2}

Email: hairilakbar@stikesgrahamedika.ac.id

ABSTRAK

Laporan Surveilans Terpadu Puskesmas (STP) kejadian hipertensi termasuk dalam 10 penyakit yang paling menonjol di Sulawesi Utara dan berada di peringkat ke dua setelah penyakit Influenza. Kasus hipertensi di Sulawesi Utara tahun 2016 sebanyak 32.742 kasus. pada tahun 2018 Provinsi Sulawesi Utara terutama berumur 18 tahun ke atas berada peringkat pertama pengidap hipertensi karena mencapai 13,15 persen. Prevalensi kejadian hipertensi di Kabupaten Bolaang Mongondow pada tahun 2016 sebanyak 23.02% (381 kasus), salah satunya di Kecamatan Passi Barat. Tujuan edukasi upaya pencegahan penyakit hipertensi pada masyarakat dilakukan agar dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam hal upaya untuk mencegah penyakit hipertensi. Metode yang digunakan yaitu pemeriksaan secara langsung tekanan darah dan kadar kolesterol pada masyarakat serta penyuluhan. Hasil penyuluhan bahwa ditemukan bahwa banyak masyarakat yang memiliki tekanan darah tinggi dan kolesterol. Dampak pengabdian yaitu terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai upaya pencegahan hipertensi. Untuk itu perlunya masyarakat melakukan upaya pencegahan penyakit hipertensi dengan cara menjaga pola makan dan melakukan pemeriksaan sejak dini di pelayanan kesehatan terdekat.

Kata kunci: Edukasi; Pencegahan; Hipertensi

ABSTRACT

Integrated Surveillance report Public health centers for hypertension are among the ten most prominent diseases in North Sulawesi and are ranked second after influenza disease. The cases of hypertension in North Sulawesi in 2016 amounted to 32,742 cases. In 2018 North Sulawesi Province, especially those aged 18 years and over, ranked first with hypertension because it reached 13.15 percent. The prevalence of hypertension in the Bolaang Mongondow Regency in 2016 was 23.02% (381 cases), one of which was in the Passi Barat District. The purpose of education is to prevent hypertension in the community to increase public knowledge in terms of efforts to prevent hypertension. The method used is a direct examination of blood pressure and cholesterol levels in the community and counseling. The results of counseling found that many people who have high blood pressure and cholesterol. The impact of devotion is an increase in public knowledge about efforts to prevent hypertension. For this reason, the community needs to make efforts to prevent hypertension by maintaining a healthy diet and conducting tests early on at the nearest health service.

Keywords: Education; Prevention; Hypertension

PENDAHULUAN

Pola penyakit di Indonesia mengalami transisi epidemiologi selama dua dekade terakhir, yakni dari penyakit menular yang semula menjadi beban utama kemudian mulai beralih menjadi penyakit tidak menular. Kecenderungan ini meningkat dan mulai

mengancam sejak usia muda. Penyakit tidak menular yang utama di antaranya hipertensi, diabetes melitus, kanker, dan penyakit paru obstruktif kronik (Kementerian Kesehatan RI, 2015). Perubahan pola struktur masyarakat, khususnya masyarakat agraris ke masyarakat industri banyak memberi andil pada perubahan pola fertilitas, gaya hidup, sosial ekonomi yang pada gilirannya dapat memacu meningkatnya penyakit tidak menular (PTM) (Akbar, 2018).

Hipertensi merupakan suatu tantangan kesehatan masyarakat secara global, dimana dapat mengurangi kualitas hidup secara signifikan dan juga merupakan salah satu faktor risiko yang sangat berkaitan erat dengan penyakit kardiovaskuler dan mortalitas atau kematian pada usia muda akibat penyakit hipertensi (Barron *et al.*, 2014). Penyakit hipertensi dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit kardiovaskular. Setiap peningkatan 20 mmHg tekanan darah sistolik atau 10 mmHg tekanan darah diastolik dapat meningkatkan risiko kematian akibat penyakit jantung iskemik dan strok (Schwartz dan Sheps, 1999). Terkontrolnya tekanan darah sistolik dapat menurunkan risiko kematian, penyakit kardiovaskular, strok, dan gagal jantung. Menjalankan pola hidup sehat setidaknya selama 4–6 bulan terbukti dapat menurunkan tekanan darah dan secara umum dapat menurunkan risiko permasalahan kardiovaskular. Beberapa pola hidup sehat yang dianjurkan di antaranya penurunan berat badan, mengurangi asupan garam, olahraga, mengurangi konsumsi alkohol, dan berhenti merokok (DiPiro *et al.*, 2011).

Pada tahun 2016 berdasarkan laporan Surveilans Terpadu Puskesmas (STP) kejadian hipertensi termasuk dalam 10 penyakit yang paling menonjol di Sulawesi Utara dan berada di peringkat ke dua setelah penyakit Influenza. Kasus hipertensi di Sulawesi Utara tahun 2016 sebanyak 32.742 kasus. pada tahun 2018 Provinsi Sulawesi Utara terutama berumur 18 tahun ke atas berada peringkat pertama pengidap hipertensi karena mencapai 13,15%. Prevalensi kejadian hipertensi di Kabupaten Bolaang Mongondow pada tahun 2016 sebanyak 23.02% (381 kasus), salah satunya di Kecamatan Passi Barat dimana kejadian penyakit hipertensi juga tinggi (Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Utara, 2017).

Munculnya masalah kesehatan tidak hanya disebabkan oleh kelalaian individu, namun dapat pula disebabkan oleh ketidaktahuan masyarakat sebagai akibat dari kurangnya informasi yang benar mengenai suatu penyakit (Rahmadiana, 2012). Rendahnya pengetahuan tenaga kesehatan, pasien, dan masyarakat tentang hipertensi merupakan penyebab utama tidak terkontrolnya tekanan darah, terutama pada pasien hipertensi di Asia (Park *et al.*, 2015). Masih kurangnya informasi mengenai perbaikan pola makan bagi penderita hipertensi juga membuat pengetahuan masyarakat tentang perbaikan pola makan

masih rendah. Berdasarkan hasil survei di Desa Muntoi Timur Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow bahwa masih banyak didapatkan masyarakat yang terkena penyakit hipertensi.

METODE

Lokasi pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Aula Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow Provinsi Sulawesi Utara. Waktu pelaksanaan pada bulan November 2019. Kegiatan yang dilakukan meliputi tiga tahap yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Tahap perencanaan dimulai dengan mencari informasi mengenai penyakit hipertensi. Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini yaitu ceramah interaktif dan pemeriksaan tekanan darah serta kadar kolesterol.

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Terdapat beberapa faktor pendorong dan penghambat pada pengabdian masyarakat ini yaitu:

Faktor pendorong dalam kegiatan pengabdian ini adalah :

- a. Warga masyarakat yang potensial sebagai Sumber Daya Manusia yang turut berperan dalam meningkatkan derajat kesehatan keluarga pada khususnya serta masyarakat pada umumnya.
- b. Peningkatan kesadaran masyarakat untuk memelihara kesehatan melalui penerapan pola hidup sehat.
- c. Keingintahuan, antusiasme dan partisipasi aktif dari para peserta yang cukup besar dalam mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Faktor penghambat :

- a. Kebiasaan masyarakat yang tidak ada waktu untuk memelihara kesehatan dengan alasan tidak ada waktu dan biaya bila harus pergi ke fasilitas kesehatan
- b. Ketidaktahuan masyarakat tentang penyakit penyebab penyakit hipertensi.
- c. Kesulitan mengumpulkan banyak masyarakat karena sibuk bekerja pada waktu pagi dan siang hari.

Setelah melakukan edukasi upaya pencegahan penyakit hipertensi pada masyarakat terlihat antusias masyarakat setempat untuk mengikuti kegiatan ini. Kondisi kegiatan ini terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Kondisi Pemeriksaan Tekanan Darah dan Kolesterol

Berdasarkan Gambar 1, bahwa masyarakat terlihat antusias melakukan pemeriksaan tekanan darah dan kolesterol. Dari hasil pemeriksaan ini ternyata banyak ditemukan masyarakat yang memiliki Riwayat penyakit hipertensi dan memiliki kolesterol tinggi.



Gambar 2. Keaktifan Masyarakat dalam Sesi Memberi Pertanyaan

Berdasarkan Gambar 2, bahwa antusias masyarakat memberikan pertanyaan kepada pemateri terkait penyakit hipertensi dan dampaknya jika tidak ditangani dengan serius. Adanya sesi bertanya ini akan meningkatkan pengetahuan masyarakat.



Gambar 3. Foto Bersama Aparat Desa, Tenaga Medis, dan Mahasiswa

Berdasarkan Gambar 3, bahwa kegiatan ini dilaksanakan dengan adanya kerjasama dengan pihak aparat desa, tenaga medis, dan mahasiswa program studi Keperawatan dan Kebidanan STIKES Graha Medika. Hasil edukasi upaya pencegahan penyakit hipertensi pada masyarakat di Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow bahwa setelah dilakukan pemeriksaan dan penyuluhan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat terkait upaya pencegahan penyakit hipertensi. Sebagai salah satu solusi untuk menekan kejadian hipertensi ini dapat dilakukan dengan pendidikan kesehatan kepada masyarakat. Hipertensi dapat dikontrol dengan berbagai upaya menjaga gaya hidup. Hal ini dapat tercapai jika pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan dan perawatan hipertensi baik.

Hasil pengabdian kepada masyarakat ini sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat (Sofiana *et al.*, 2018) yang menyatakan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Dusun Bantar Kulon Banguncipto Sentolo dapat berjalan dengan baik dan lancar. Peserta sangat aktif, antusias, dan dapat bekerjasama dengan baik. Diharapkan dengan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini masyarakat memiliki pengetahuan yang baik mengenai hipertensi.

Saat ini upaya pencegahan dan perawatan hipertensi di Rumah melalui media pembelajaran bagi Masyarakat. Kementerian kesehatan berupaya meningkatkan promosi kesehatan melalui komunikasi, informasi, dan edukasi. Pemberian informasi dan edukasi pada masyarakat dapat melalui berbagai cara. Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah penyampaian informasi dan edukasi kesehatan melalui media pembelajaran yang dapat

diakses masyarakat setiap hari. Upaya ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keinginan masyarakat dalam mencegah dan melakukan perawatan di rumah, sehingga angka hipertensi dapat terkontrol ataupun dicegah pada masyarakat yang berisiko.

SIMPULAN

Terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai upaya pencegahan penyakit hipertensi dan ditemukan beberapa masyarakat yang terdeteksi memiliki tekanan darah tinggi dan kadar kolesterol. Perlunya masyarakat untuk menjaga pola makan agar terhindar dari penyakit hipertensi. Serta rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah dan kolesterol di fasilitas pelayanan kesehatan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada STIKES Graha Medika Kotamobagu yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini serta para tenaga medis dan Aparat Desa Muntoi Timur, serta Kecamatan Passi Barat.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, H. (2018). Determinan Epidemiologis Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Jatisawit. *HIBUALAMO Seri Ilmu-Ilmu Alam Dan Kesehatan*, 2 (2), 41–47.
- Barron, S., Balanda, K., Hughes, J., dan Fahy, L. (2014). National and subnational hypertension prevalence estimates for the Republic of Ireland: Better outcome and risk factor data are needed to produce better prevalence estimates. *BMC Public Health*, 14(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-14-24>
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Utara. (2017). *Profil Kesehatan*. Manado.
- Joseph T. DiPiro, Robert L. Talbert, Gary C. Yee, Gary R. Matzke, Barbara G. dan Wells, L. M. P. (2011). *Pharmacotherapy: A Pathophysiologic Approach*.
- Kementrian Kesehatan RI. (2015). *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015–2019*. Kemenkes RI.
- Park, J. B., Kario, K., dan Wang, J. G. (2015). Systolic hypertension: An increasing clinical challenge in Asia. *Hypertension Research*, 38(4), 227–236. <https://doi.org/10.1038/hr.2014.169>
- Rahmadiana, M. (2012). Komunikasi Kesehatan: Sebuah Tinjauan”. *Jurnal Psikogenesis*, 1(1), 88–94.

- Schwartz, G. L., dan Sheps, S. G. (1999). A review of the Sixth Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure. *Current Opinion in Cardiology*, 14(2), 161–168. <https://doi.org/10.1097/00001573-199903000-00014>
- Sofiana, Liena, Yudha Puratmadja, Baiq Sandi Kartika S, Abdul Haris R Pangulu, I., dan Putri, H. (2018). Upaya Peningkatan Pengetahuan tentang Hipertensi Melalui Metode Penyuluhan. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 171–176.