



Penyuluhan Pencegahan Hipertensi Berbasis Diagnosis Keperawatan Pada Komunitas di Desa Cimandala

Wasis Widodo¹, Rochmayanti¹, Novia Wulansari¹

¹Institut Kesehatan dan Bisnis Annisa, Indonesia

Correspondence author : Wasis Widodo

Email: wasiswidodo9999@gmail.com

Address : Jl. Raya Kalibata , Apartemen Kalibata City - Jaksel , West Java 12750 Indonesia, Telp. 087888244390

Submitted: 2 Desember 2024, Revised: 6 Desember 2024, Accepted: 15 Desember 2024, Published: 20 Desember 2024

DOI: doi.org/10.56359/kolaborasi.v4i6.455



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Introduction: Hypertension is still one of the public health problems in Cimandala. Unhealthy lifestyles are the dominant factor in the triggering of hypertension.

Objective: The implementation of the activity was carried out on January 24, 2024, January 29, 2024, and February 6, 2024 which was attended by 26 people.

Method: The method used in community service has three stages, namely the first stage is to find priority nursing diagnosis problems in the community and decide on solutions to the problems. The second stage is with intervention and the final stage is with evaluation of the interventions carried out. The implementation of activities in the form of focus group discussions to determine priorities and solutions for village activity programs in collaboration with the health center. Hypertension counseling is carried out with the agreement of all residents.

Result: Evaluation of the activity program by distributing pre- and post-test questionnaires, where there was an increase in the score of understanding of hypertension in residents by 25.4. This shows a good number.

Conclusion: From the results of these activities, there has been a significant increase, as can be seen from the results of the post-test carried out that residents understand and know more about hypertension, from its definition to its prevention. Healthy lifestyle needs to be encouraged and promoted through various ways, so that people can avoid hypertension

Keywords: Nursing Diagnosis, Community, Hypertension.

Latar Belakang

Hipertensi yaitu penyakit tidak menular menahun dimana tekanan darah dalam pembuluh darah di arteri meningkat di atas normal, kondisi ini memaksa jantung melakukan tugasnya lebih keras guna membawa darah melewati pembuluh darah menuju seluruh tubuh. Hipertensi dapat menghambat nutrisi dan oksigen dari darah menuju jaringan tubuh yang memerlukannya, sehingga mempengaruhi organ tubuh yang dapat menyebabkan kerusakan yang lebih serius pada organ tersebut (Fabiana Meijon Fadul, 2019). Menurut data WHO pada tahun 2018 menyebutkan bahwa rata-rata prevalensi kejadian hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Jumlah penyandang hipertensi diperkirakan akan terus meningkat tiap tahunnya dan pada setiap tahunnya ada 9,4 juta orang meninggal akibat kejadian hipertensi (Jabani dkk., 2021). Menurut data Riskesdas tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1%. Kasus hipertensi tersebut mengalami peningkatan di bandingkan prevalensi pada tahun 2013 yaitu sebesar 25,8%. Sementara pada periode tahun 2024 mulai Januari-Juli, Dinkes Kabupaten Bogor mengeluarkan data lima Penyakit Tidak Menular tertinggi urutan pertama Hipertensi 18.841 pasie (Kepala Bidang (Kabid) Pencegahan dan Pengendalian Penyakit (P2P) pada Dinkes Kabupaten Bogor, Adang Mulyana). Meningkatnya kasus hipertensi disebabkan oleh berbagai faktor risiko yakni resiko yang tidak bisa dilakukan modifikasi, misalnya genetik, usia, jenis kelamin serta yang bisa dilakukan modifikasi misalnya merokok, konsumsi alkohol, kurang olahraga, gaya hidup tidak sehat, asupan garam berlebihan. Hal ini bisa mengakibatkan peningkatan aliran darah (Aditya et al., 2023). Salah satu upaya puskesmas Cimandala kabupaten bogor untuk menekan laju penambahan kasus hipertensi, yaitu dengan membudayakan tentang Gerakan Masyarakat Sehat (Germas). Germas ini suatu gerakan yang bertujuan untuk membudayakan masyarakat supaya hidup sehat dan terhindar dari penyakit, diantaranya 1) ajakan untuk beraktifitas fisik, 2) berhenti merokok, 3) membiasakan makan buah dan sayur, 4) berhenti minum alcohol, 5) melakukan pemeriksaan kesehatan dengan rutin, 6) menjaga kebersihan lingkungan, dan 7) menggunakan jamban sehat (Sholihah dkk.,2022). Pada Desa Kp.Cimandala RW 07 , Karangtengah , Kabupanten Bogor. Berdasarkan studi pendahuluan di desa Kp.Cimandala RW 07 tersebut, mayoritas masyarakat belum memahami tentang faktor risiko penyebab hipertensi, malas berolahraga serta banyak masyarakat yang kurang makan buah serta sayur, justru mayoritas mengkonsumsi makanan gorengan dan yang banyak garam. Pola makan yang tidak sehat, salah satunya adalah konsumsi garam berlebih dapat memicu terjadinya hipertensi (Purwono dkk.,2020;Solikhahdkk.,2023). Oleh karena itu, pengabdian kepada masyarakat kali ini bertujuan untuk edukasi penyakit hipertensi berbasis diagnosis keperawatan di Desa Kp.Cimandala RW 07 , Karangtengah , Kabupanten Bogor. Diagnosis Menurut SDKI (PPNI, 2018a) diagnosa keperawatan merupakan penilaian klinis terhadap reaksi klien mengenai masalah kesehatan yang ada baik actual maupun potensial. Diagnosa keperawatan ini bertujuan untuk mengetahui reaksi individu, keluarga, maupun komunitas terhadap masalah kesehatan. Oleh karena itu, tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk menevaluasi edukasi penyakit hipertensi berbasis komunitas.

Tujuan

Tujuan kegiatan pengabdian pada masyarakat adalah Mengedukasi masyarakat tentang pola hidup sehat agar terhindar dari hipertensi.

Metode

Pengabdian kepada masyarakat (PKM) dilakukan pada 24 Januari 2024, 29 Januari 2024 , dan 6 febuari 2024 dengan lokasi pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di rumah kepala Desa Kp.Cimandala RW 07 , Karangtengah , Kabupanten Bogor dengan dihadiri oleh kelapa

dukuh, kader dan warga cimandala berjumlah 26 orang. Metode yang digunakan dalam PKM kali ini menggunakan beberapa tahapan. Tahap 1 disebut sebagai tahap identifikasi masalah, dimana pada tahap ini, tim PKM melakukan brainstorming dengan metoda focus group discussion (FGD) di acara musyawarah masyarakat desa yang melibatkan kepala desa, ketua rumah tangga (RT), kader dan perwakilan yang terpilih dari masyarakat untuk melakukan curah pendapat berkaitan permasalahan kesehatan di masyarakat Desa Kp.Cimandala RW 07 , Karangtengah , Kabupanten Bogor. Pada tahap pertama ini akan tercapai kesepakatan dengan warga terkait dengan solusi permasalahan kesehatan yang akan dilakukan intervensi. Tahap kedua yaitu pelaksanaan kegiatan. Pada tahap ini akan terjadi diskusi dengan masyarakat setempat terkait dengan bentuk intervensi yang akan dilakukan dengan mempertimbangkan segala aspek kemudahan, waktu dan sumber daya. Tahap ketiga yaitu evaluasi program, dimana dalam tahap terakhir ini berguna untuk mengevaluasi kegiatan intervensi yang telah disepeati tersebut. Tahap evaluasi kegiatan ini akan digunakan metode pre dan post test menggunakan kuesioner untuk menilai efektivitas dari intervensi yang telah dilakukan.

Hasil

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini dilaksanakan pada 24 Januari 2024, 29 Januari 2024 , dan 6 febuari 2024 dengan lokasi pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di rumah kepala Desa Kp.Cimandala RW 07 , Karangtengah , Kabupanten Bogor. Pada tanggal 29 Januari 2024 telah dilakukan FGD yang dihadiri oleh kepala desa, kader dan warga masyarakat. Dari hasil FDG didapatkan permasalahan kesehatan berupa hipertensi. Hal ini dikarenakan mayoritas masyarakat menderita penyakit hipertensi serta gaya hidup yang mereka jalankan mayoritas tidak sehat, seperti kurang olahraga, banyak makan gorengan, dan berkadar garam tinggi. Dalam FGD tersebut juga telah terjadi kesepakatan dengan warga bahwa bentuk intervensi yang dilakukan adalah dengan penyuluhan. FGD ini merupakan salah satu bentuk tindakan terapeutik dan edukasi (Gambar 1). Diagnosis keperawatan yang di temukan di komunitas ini akan menentukan intervensi , implementasi dan evaluasi . Upaya Pengendalian penyakit Hipertensi di masyarakat seperti fenomena Gunung Es, yang mana masih banyak masyarakat yang tidak menyadari bahwa mereka mempunyai faktor risiko untuk terkena hipertensi sehingga perlahan hipertensi menjadi tak terkendali dan meningkatkan risiko timbulnya penyakit komplikasi lainnya yang mematikan (silent killer). Kasus seperti ini sebagian besar terjadi pada kelompok usia produktif sehingga mengakibatkan kematian prematur, kecacatan fisik yang mengganggu produktifitas (Pradono, Afifah and Suparmi, 2011; World Health Organization, 2020; Kemenkes RI, 2023). Oleh karena itu, perbaikan pelayanan kesehatan pada dasarnya merupakan suatu investasi sumber daya manusia untuk mencapai masyarakat yang sejahtera. Tingkat kesehatan masyarakat akan sangat berpengaruh terhadap tingkat kesejahteraan masyarakat, karena tingkat kesehatan memiliki keterkaitan yang erat dengan tingkat kemiskinan. Sementara, tingkat kemiskinan akan terikat dengan tingkat kesejahteraan (Widiastuti, 2017). Dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan khususnya masyarakat desa, bukanlah tanggung jawab yang sepenuhnya dilimpahkan kepada instansi kesehatan saja, tetapi tanggung jawab bersama secara kolektif semua elemen bangsa, baik yang memiliki keterkaitan langsung maupun tidak. Hal ini perlu dilakukannya pendekatan masalah kesehatan melalui kegiatan diagnosis komunitas.



Gambar 1
Penyuluhan Pencegahan Hipertensi dengan Warga Masyarakat

Diskusi

Tahap selanjutnya dalam PKM kali ini adalah melakukan intervensi berupa penyuluhan untuk mencegah penyakit hipertensi. Tanggal 29 Januari 2024 merupakan hari di laksanakannya penyuluhan sesuai dengan kesepakatan dari warga di Desa Kp.Cimandala RW 07 , Karangtengah , Kabupanten Bogor. Jam pelaksanaan kegiatan dilakukan pada sore hari yaitu jam 16.00 wib, dikarenakan mayoritas warga mempunyai waktu senggang di sore hari. Adapun materi yang nanti disampaikan berisikan pengetahuan tentang terjadinya hipertensi, faktor risiko hipertensi dan upaya pencegahan yang dilakukan untuk mencegah penyakit hipertensi. Sebanyak 26 warga masyarakat hadir diacara intervensi tersebut. Selain penyuluhan, warga juga diukur tekanan darahnya seperti (Gambar 2). Kegiatan penyuluhan merupakan salah satu upaya promotive dan pereventif yang murah, mudah dan cukup efektif untuk mengubah perilaku masyarakat (Patimah,2019 ;Istichomah,2020). Meskipun menubah perilaku itu membutuhkan waktu yang lama, namun dengan kontinyuitas secara perlahan-lahan dapat mengubah pola piker masyarakat(Firmansyahdkk.,2019). Tahap terakhir dari PKM adalah melakukan evaluasi kegiatan yang dilaksanakan pada tanggal 6 febuari 2024 . Pada tanggal ini tim PKM bertemu dengan warga untuk menyampaikan hasil dari pre dan post test yang dilakukan selama kegiatan berlangsung. Dari Tabel 1 terlihat bahwa ada peningkatan poin pemahaman warga sekitar 26,4.



Gambar 2

Pengukuran Tekanan Darah Sebelum Melakukan Kegiatan Penyuluhan Hipertensi

Tabel 1

Hasil Pre-test & Post-test dari 26 Partisipan

	Rata -Rata Nilai
Pre-Test	65,4
Post-Tets	92,0

Sumber : Data Di Olah

Hal ini menunjukkan angka yang sudah baik mengingat di desa cikeas tersebut memiliki kegiatan rutin bulanan yaitu dengan penyuluhan penyakit degeneratif dan posbindu kp cimandala karang tengah yang diadakan pada puskesmas cimandala dalam pengelolaan penyakit kronis khususnya pada penyakit hipertensi . Diharapkannya setelah diadakannya penyuluhan hipertensi tersebut, warga mampu meningkatkan derajat kesehatannya dengan selalu menerapkan pola hidup sehat yang baik dan benar, agar selalu terhindar dari penyakit degeneratif misalnya hipertensi. Dan diharapkannya juga warga selalu menjaga lingkungan agar tetap bersih dan sehat.

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Desa Kp.Cimandala RW 07 , Karangtengah , Kabupaten Bogor Hasil dari tim PKM dengan warga tersebut adalah penyuluhan penyakit hipertensi. Kegiatan intervensi tersebut terbagi menjadi beberapa sesi dan tidak hanya penyuluhan saja, namun ada kegiatan pengukuran tekanan darah untuk warga yang hadir pada saat kegiatan penyuluhan berlangsung. Dari hasil kegiatan terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan tersebut bisa dilihat dari hasil post test yang dilaksanakan bahwa warga lebih mengerti dan mengetahui terkait penyakit hipertensi mulai dari definisi hingga pencegahannya. Harapannya warga masyarakat tersebut terhindar dari penyakit yang membahayakan akibat hipertensi dengan mempraktekkan pola hidup sehat.

Daftar Pustaka

1. Aditya, N. R., Mustofa, S., Studi, P., Dokter, P., Kedokteran, F., Lampung, U., Fisiologi, B., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2023). Hipertensi : Gambaran Umum Hypertension : An Overview. 11, 128–138.
2. Fabiana Meijon Fadul. (2019). Pengertian Hipertensi.
3. Dinkes 2024 : <https://www.metropolitan.id/bogor-raya/95313161334/waspada-berikut-5-besar-kasus-penyakit-tidak-menular-di-kabupaten-bogor-periode-2023-2024-hipertensi-tertinggi>
4. Kemenkes RI (2023) ‘Pengendalian Hipertensi’. Available at: <https://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/VHcrbkVobjRzUDN3UCs4eUJ0dVBndz09/2019>.
5. PPNI. (2018a). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (1st ed.). DPP PPNI.
6. Patimah, R.(2019). Upaya BPJS-Kesehatan dalam Meningkatkan Kualitas Kesehatan Masyarakat Melalui Pelayanan Promotif dan Preventif di Kecamatan Babulu Kabupaten Penajam Paser Utara.eJournal Ilmu Pemerintahan, 7(9).
7. Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A. & Budianto, A.(2020). Pola Konsumsi Garam dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia.Jurnal Wacana Kesehatan, 5(1), 531–542.
8. Sholihah, A., Handayani, A.R., Igamaliga, Alamsyah, S. & Sakinah, S.(2022).Efektivitas Program Germas Dalam Peningkatan Status Kesehatan Masyarakat Melalui Sosialisasi Germas.Jurnal Pustaka Keperawatan (Pusat Akses kajian Keperawatan), 1(2), 5–8.
9. Solikhah, S., Haifa, A.,& Fauzi, E.R.(2023). Edukasi tentang Penyakit Hipertensi Sebagai Salah Satu Cara untuk Mengkampanyekan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat.KACANEGARA Jurnal Pengabdian pada Masyarakat, 6(1), 81–88.
10. Tirtasari, S.,& Kodim, N.(2019). Prevalensi dan Karakteristik Hipertensi padaUsia Dewasa Mudadi Indonesia.Tarumanagara Medical Journal, 1(2), 395–402.