

Pemeriksaan Tekanan Darah dan Konseling Tentang Hipertensi di Desa Lowungu, Bejen

Nasabila Mega Pristyo¹, Erlinda Novi Kurniasari², Rizqa Navik Velayati³, Pyrena Avriella Khasanda⁴, Bayyanatul Fikriyah⁵, Alfina Dwi Safitri⁶, Moh. Fitrah Galang Saputra⁷, Lian Eric Junico⁸, Radiktyo Nindyo Sumarno⁹✉

^{1,2}Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia, 50273

³Ilmu Gizi, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia, 50273

⁴Kedokteran Gigi, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia, 50273

⁵Akuntansi, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia, 50273

⁶Teknologi Pangan, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia, 50273

⁷Teknik Mesin, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia, 50273

⁸Manajemen, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia, 50273

⁹Teknik Elektro, Universitas Muhammadiyah Semarang, Indonesia, 50273

E-mail : radiktyo@unimus.ac.id✉

Info Artikel:

Diterima: 4 April 2024

Diperbaiki: 15 Mei 2024

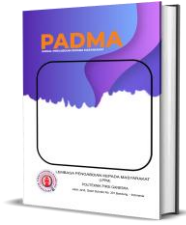
Disetujui: 29 Mei 2024

Keywords: Hypertension, Blood Pressure, Counseling

Abstract: Although hypertension is a worldwide public health problem, healthcare providers still do not place the disease at the top of the priority scale. The negative effects of this disease, such as stroke and coronary heart disease, should not be ignored. In Lowungu Village, Temanggung Regency, there are several people suffering from hypertension, with a percentage of 36% who have several complications. Counseling on hypertension, including blood pressure checks, is necessary due to the high incidence rate and risk of hypertension complications. This community service activity aims to provide Lowungu villagers with the ability to monitor their health conditions. Counseling on hypertension and health checks are part of the procedure of this activity. Participants must register before the counseling begins. This counseling gives participants a better understanding of hypertension and they can use herbal plants growing around the house to prevent or treat hypertension.

Kata Kunci: Hipertensi, Tekanan Darah, Konseling

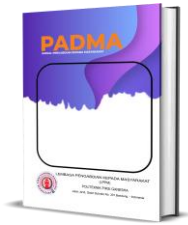
Abstrak: Meskipun hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat di seluruh dunia, namun penyedia layanan kesehatan masih belum menempatkan penyakit ini pada skala prioritas utama. Padahal efek



negatif dari penyakit ini, seperti stroke dan jantung koroner tidak boleh diabaikan. Di Desa Lowungu, Kabupaten Temanggung, ada beberapa orang yang menderita hipertensi, dengan persentase 36% yang memiliki beberapa komplikasi. Konseling tentang hipertensi, termasuk pemeriksaan tekanan darah, diperlukan karena tingkat insidensi dan risiko komplikasi hipertensi yang tinggi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberi warga Desa Lowungu kemampuan untuk memantau kondisi kesehatan mereka. Konseling tentang hipertensi dan pemeriksaan kesehatan adalah bagian dari prosedur kegiatan ini. Peserta harus mendaftar sebelum konseling dimulai. Konseling ini memberi peserta pemahaman yang lebih baik tentang hipertensi dan mereka dapat menggunakan tanaman herbal yang tumbuh di sekitar rumah untuk mencegah atau mengobati hipertensi.

Pendahuluan

Hipertensi yaitu kondisi tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolic lebih dari 90 mmHg (Miciko et al., 2020). Hipertensi dapat terjadi beberapa masalah penyakit contohnya gangguan pada jantung, stroke, dan gangguan ginjal bahkan mengakibatkan kematian (Linggariyana et al., 2023). Salah satu penyakit yang menjadi masalah kesehatan masyarakat di seluruh dunia yaitu penyakit hipertensi, yang dapat mengakibatkan dampak negatif yang cukup besar seperti stroke dan jantung koroner (Kurniasari & Alrosyidi, 2020). Menurut data Riskesdas di Asia Tenggara, jumlah penderita hipertensi di Indonesia mencapai peringkat 36, meningkat 34,1% setiap tahunnya pada 2018. Kasus ini mengalami peningkatan yang cukup besar dibandingkan dengan hasil Riskesdas tahun 2013. Hipertensi dilaporkan menjadi 49,7% kematian di Indonesia (Riskesdas, 2018). Jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebanyak 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebanyak 427.218 kematian. Berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia >18 tahun sebanyak 34,1% tertinggi di Kalimantan selatan (44,1%) serta kasus terendah berada di Papua sebanyak (22,2%), sedangkan Jawa Tengah sendiri terdapat kasus hipertensi sebesar (37,57%) (Riskesdas, 2018). Prevalensi kasus hipertensi di Kabupaten Temanggung sebanyak



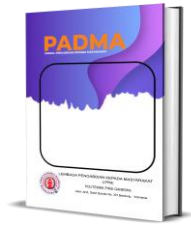
12.511 orang yang menderita hipertensi, dengan jumlah 4149 laki-laki dan 8362 perempuan. Di Kecamatan Bejen sendiri terdapat kasus dengan total 612 kasus yang terdiri dari 234 laki-laki dan 378 perempuan (Dinkes, 2021). Desa Lowungu merupakan salah satu desa di Kecamatan Bejen, Kabupaten Temanggung. Kawasan ini berada di lereng Sindoro sebelah timur dengan ketinggian $\pm$ 630 MDPL. Desa Lowungu memiliki populasi 1946 orang, dengan 949 pria dan 997 wanita. Desa Lowungu sendiri salah satu desa yang perlu pemantauan terkait penyakit tidak menular ini.

Berdasarkan etiologinya, hipertensi dapat dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu: Hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Hipertensi primer dikarenakan kebiasaan pola hidup yang tidak sehat. Hipertensi sekunder ialah hipertensi yang disebabkan karena kelainan pembuluh darah, ginjal, gangguan kelenjar tiroid (*Hipertiroid*), dan penyakit kelenjar adrenal (*Hiperaldosteronisme*) (Kementerian Kesehatan, 2024).

Beberapa faktor risiko yang bisa diubah yaitu, stress, konsumsi garam yang berlebih, diabetes melitus, obesitas, aktivitas fisik, dan kebiasaan merokok. Faktor risiko yang tidak bisa diubah antara lain umur, jenis kelamin dan genetik. (Kurniasari & Alrosyidi, 2020). Seseorang dapat melakukan skrining terhadap faktor resiko hipertensi secara mandiri melalui program Posbindu-PTM maupun melalui kelompok keluarga peduli hipertensi yang dikelola oleh kader kesehatan dan tenaga kesehatan yang terkait (Mujito & Cahyo Sepdianto, 2021).

Risiko komplikasi meningkat jika penyakit hipertensi dibiarkan dalam jangka waktu yang lama dapat mengakibatkan bahaya. Gangguan tersebut dapat menyerang pembuluh darah arteri, ginjal, otak, mata, jantung, dan banyak organ tubuh lainnya. Bahkan komplikasi hipertensi juga dapat menyebabkan kematian, yang merupakan risiko terburuk jika penderita tidak segera ditindaklanjuti (Unila, 2020).

Di Indonesia banyak penelitian telah dilakukan untuk menemukan cara bagaimana mengurangi dan mengontrol hipertensi serta mencegah atau mengatasi komplikasi yang terkait dengannya. Salah satu solusi ini termasuk penerapan kebiasaan gizi dan gaya hidup sehat. Permasalahan kesehatan ini merupakan suatu masalah yang dapat dicegah, hal ini dapat menjadi sulit jika tingkat pengetahuan dan kesadaran yang rendah akan penyakit hipertensi ini (Sari et al., 2023). Untuk



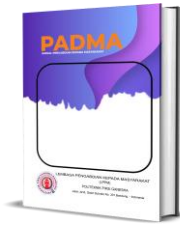
mengurangi faktor risiko dan memperluas cakupan pelayanan kesehatan, pemerintah Indonesia telah membangun Posbindu PTM di tingkat dusun. Posbindu ini melakukan pemantauan dan deteksi dini faktor risiko PTM di masyarakat (Pradono et al., 2020).

Berdasarkan survey awal yang telah dilakukan, beberapa masyarakat tidak tau tekanan darah mereka berapa. Untuk itu masyarakat di Desa Lowungu, Bejen diberikan konseling tentang faktor resiko hipertensi dan pemeriksaan tekanan darah untuk meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi serta mereka dapat tau berapa nilai tekanan darah mereka. Tujuan dari program pengabdian kepada masyarakat ini membantu orang-orang di desa mengetahui apa itu hipertensi, tanda gejalanya, penyebabnya, dan cara mencegah/mengobatinya. Diharapkan masyarakat dapat memahami dan menjelaskan hipertensi kepada keluarga dan masyarakat sekitar.

Metode

Pemeriksaan tekanan darah dan konseling hipertensi dilakukan pada hari Sabtu tanggal 9 Maret 2024 di desa Lowungu Bejen. Tahapan dan metode pelaksanaan kegiatan: Pemeriksaan tekanan darah dan konsultasi hipertensi dibagi menjadi beberapa tahap, yaitu:

1. Perijinan dan Sosialisasi
Langkah awal yang dapat dilakukan yaitu dengan mendapatkan perijinan ibu kades untuk persetujuan waktu dan tempat. Selain itu, adanya sosialisasi terhadap masyarakat untuk menggerakkan para masyarakat agar hadir pada kegiatan yang akan dilakukan yaitu pemeriksaan tekanan darah dan konsultasi hipertensi.
2. Penyiapan Alat, Sarana dan Media Promosi
Beberapa alat dan fasilitas yang disiapkan atau dibutuhkan dalam acara pemeriksaan tekanan darah dan konsultasi hipertensi ini yaitu leaflet dan sphygmomanometer digital untuk pemeriksaan tekanan darah.
3. Pelaksanaan Pemeriksaan Tekanan Darah dan Konseling tentang Hipertensi
Masyarakat dikumpulkan di Gor Desa Lowungu untuk melakukan kegiatan pemeriksaan tekanan darah dan konseling. Setelah masyarakat hadir dimulai kegiatan dengan pembukaan acara serta pelaksanaan kegiatan tersebut.
4. Evaluasi Hasil Kegiatan Promosi
Langkah akhir dengan evaluasi terhadap penyuluhan, yaitu beberapa orang diberikan pertanyaan mengenai apa saja yang diberikan. Pertanyaan-pertanyaan tersebut antara lain pengertian darah tinggi, faktor risiko darah



tinggi, tanda atau gejala darah tinggi, pencegahan darah tinggi, dan tindakan segera jika menderita darah tinggi.

Hasil dan Pembahasan

Untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi, tim pengabdian masyarakat Universitas Muhammadiyah Semarang melakukan pemeriksaan tekanan darah dan konseling pada hari Sabtu tanggal 9 Maret 2024, bertempat di GOR Dusun Banjaran, Lowungu, dengan jumlah peserta sebanyak 33 orang. Berikut adalah susunan acara dan hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat:

1. Kegiatan diawali dengan presensi untuk mengecek data kehadiran. Setelah seluruh peserta hadir, dilanjutkan dengan acara pembukaan dan sambutan dari Bu Riyani selaku Ibu Kadus Banjaran seperti yang terlihat pada gambar 1 dibawah ini.



Gambar 1. Acara Pembukaan Pengabdian Masyarakat

2. Sebelum pemeriksaan tekanan darah dimulai, dilakukan konseling terlebih dahulu kepada para peserta. Pada gambar 2 memperlihatkan kegiatan konseling yang diberikan kepada para peserta menggunakan leaflet edukasi tentang pengertian hipertensi, tanda dan gejala hipertensi, penyebab hipertensi, hubungan gaya hidup yang tidak sehat dengan hipertensi, efek jangka panjang, cara mencegah dan mengobati hipertensi.



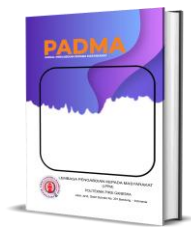
Gambar 2. Konseling tentang Hipertensi di GOR Desa Lowungu

3. Kegiatan pemeriksaan tekanan darah dilakukan dalam upaya pemantauan dan pencegahan hipertensi. Pada gambar 3 menunjukkan kegiatan pengecekan darah yang dilakukan dengan menggunakan tensimeter digital untuk pemeriksaan tekanan darah.



Gambar 3. Pemeriksaan Tekanan Darah

Tabel 1 memperlihatkan hasil bahwa mayoritas hasil pemeriksaan Tekanan darah adalah normal. Dari 33 peserta yang diukur tekanan darahnya terdapat 12 orang (36%) yang tekanan darahnya dikategorikan hipertensi, dan ada 21 orang (64%) yang tekanan darahnya normal. Adapun kriteria normal adalah Tekanan darah sistolik lebih dari 120 mmHg dan tekanan darah diastolic lebih dari 80 mmHg.



Tabel 1. Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah

No	Hasil Pemeriksaan	Jumlah	Presentase
1	Normal	21	64%
2	Tidak normal	12	36%
Jumlah		40	100%

4. Di akhir sesi terdapat evaluasi penyuluhan yaitu beberapa masyarakat di berikan pertanyaan mengenai apa yang telah disuluhkan. Dari sesi tanya jawab itu diperoleh hasil bahwa pengetahuan tentang hipertensi telah meningkat daripada sebelum dilakukannya penyuluhan.

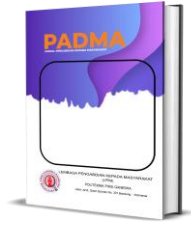
Dari kegiatan pengabdian masyarakat ini diperoleh hasil sebagai berikut: masyarakat memahami mengenai pengertian hipertensi, masyarakat mengerti faktor resiko dari hipertensi, masyarakat mengetahui tanda dan gejala dari hipertensi, masyarakat mampu untuk mencegah hipertensi, dan masyarakat mampu melakukan tindakan segera jika terindikasi hipertensi.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa program pengabdian masyarakat Unimus Kelompok 01 dalam pemeriksaan tekanan darah dan konseling tentang hipertensi pada warga desa Lowungu berjalan dengan baik, para warga cukup antusias untuk melakukan pengecekan tekanan darah dan didapatkan hasil tekanan darah warga di desa lebih dari 50% hasilnya normal, konseling hipertensi meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang pengertian, faktor risiko, tanda gejala, cara pencegahan, dan tindakan jika terindikasi hipertensi, serta merubah perilaku warga desa untuk lebih peduli akan kadar tekanan darah.

Ucapan Terima Kasih

Kami segenap tim pengabdian masyarakat Universitas Muhammadiyah Semarang mengucapkan terima kasih kepada para kader dan masyarakat Desa Lowungu, Bejen yang telah memberikan izin untuk melaksanakan pengabdian ini, serta semua pihak yang membantu menjalankan kegiatan ini dengan lancar.



Referensi

- Dinkes, T. (2021). *Laporan Kunjungan Pasien Hipertensi Puskesmas Se Kabupaten Temanggung*. <https://dashboardsimpus.temanggungkab.go.id/?g=hipertensi#>
- Kementerian Kesehatan. (2024). *Buku Pedoman Hipertensi 2024. Buku Pedoman Hipertensi*.
- Kurniasari, S., & Alrosyidi, A. F. (2020). Darmabakti Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat Penyuluhan Hipertensi dan Pemeriksaan Tekanan Darah pada Kelompok Ibu-ibu. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 02(November), 74–78.
- Linggariyana, L., Trismiyana, E., & Dian Furqoni, P. (2023). Asuhan Keperawatan dengan Teknik Rendam Kaki untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa Sri Pendowo Lampung Timur. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(2), 646–651. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i2.8126>
- Miciko, U., Naryati, Misparsih, Muhdiana, D., Jumaiyah, W., & Nurhayati. (2020). *Modul Hipertensi*. Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Mujito, & Cahyo Sepdianto, T. (2021). *Cekal Hipertensi Pada Keluarga Dengan Terapi Non Farmakologis dan Perilaku Cerdik* (W. Martiningsih (ed.)). Eureka Media Aksara.
- Pradono, J., Kusumawardani, N., & Rachmalina, R. (2020). Hipertensi : Pembunuh Terselubung Di Indonesia. In *Respiratiry Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*. <https://repository.kemkes.go.id/book/10>
- Riskesdas. (2018). *Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf*. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. 674).
- Sari, N., Dewi, L. A., Rafliansyah, R., Ramadani, A. B., Zainuddin, F. A., Marzuki, M. F., Syam, D. F., & Assyarifah, K. (2023). Penyuluhan Perilaku CERDIK dan PATUH sebagai Upaya Penanggulangan Hipertensi pada Lansia di Desa Tonasa, Takalar. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 1–10. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v4i1.1295>
- Unila, F. K. (2020). *Laporan pengabdian kepada masyarakat peningkatan pengetahuan masyarakat tentang penyakit hipertensi melalui media rri lampung*.