

EDUKASI UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN HIPERTENSI PADA MASYARAKAT DESA WIROGUNAN KECAMATAN KARTASURA KABUPATEN SUKOHARJO

Muhammad Mukhlis Cahyadi¹, Dwi Astuti^{2*}, Anida Azkia Fitri³, Farita Adhynda Amithya³, Yuliana Lestari⁴, Salwa Malihatunnisa⁴, Sherly Nur Janah⁵, Kharina Indira Astuti⁵, Fara Nabila⁵, Krisna Wibowo⁶, Sevtya Nur Hasanah⁶, Lilis Apriliyani⁶, Farida Nur Isnaeni⁷

^{1,3}Prodi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

^{2*, 6}Prodi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

^{4,7}Prodi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

⁵Prodi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

*Email: da168@ums.ac.id

Abstrak

Hasil survei awal terhadap masyarakat Desa Wirogunan menunjukkan hasil bahwa penyakit hipertensi menjadi salah satu masalah kesehatan dengan prevalensi tertinggi yaitu sebesar 51,18% dengan faktor risiko yang ditemukan berupa pola makan dan pola hidup tidak sehat. Oleh karena itu, dilakukan penyuluhan terkait pengetahuan tentang penyakit hipertensi dan diet yang disarankan oleh penderita. Metode yang digunakan yaitu dengan ceramah yang dilengkapi dengan pre-test dan post-test. Media informasi yang digunakan pada kegiatan ini yaitu power point presentation tentang hipertensi. Hasil dari penyuluhan ini terjadi peningkatan pengetahuan pada warga desa dengan kategori baik dari sebelum mendapatkan penyuluhan sebesar 60,5% dan setelah mendapatkan penyuluhan sebesar 84,2%. Peningkatan pengetahuan terdiri dari pengertian, penyebab, pencegahan hipertensi, dan diet bagi penderita hipertensi. Berdasarkan hasil uji statistik non parametrik wilcoxon didapatkan nilai $p = 0,003$ ($p < 0,05$), maka H_0 ditolak yang berarti ada perbedaan tingkat pengetahuan warga Desa Wirogunan sebelum dan sesudah mendapatkan penyuluhan hipertensi.

Kata kunci: hipertensi; penyuluhan; pengetahuan.

Abstract

The results of an initial survey of the people of Wirogunan Village showed that hypertension became one of the health problems with the highest prevalence of 51.18%, with risk factors found in the form of unhealthy diet and lifestyle. Therefore, counseling is carried out related to knowledge about hypertension and diet recommended by sufferers. The method used is lectures equipped with pre-tests and post-tests. The information media used in this activity is a PowerPoint presentation about hypertension. The result of this counseling was an increase in knowledge among villagers with good categories from before receiving counseling by 60.5% and after receiving counseling by 84.2%. Increased knowledge consists of understanding the causes, prevention of hypertension, and diet for people with hypertension. Based on the results of Wilcoxon's non-parametric statistical test, a value of $p = 0.003$ ($p < 0.05$) was obtained. Then H_0 was rejected, meaning there is a difference in the level of knowledge of Wirogunan Village residents before and after receiving hypertension counseling.

Keywords: hypertension; counseling; knowledge

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan aset dasar dalam merubah perkembangan generasi manusia keberlanjutan menuju yang lebih baik. Kesehatan adalah salah satu bagian yang sangat penting bagi setiap kehidupan manusia. Permasalahan mengenai kesehatan masyarakat merupakan masalah yang kompleks seperti resultance dari sumber kehidupan sesuai yang dibutuhkan oleh manusia sendiri. Seringkali

manusia tidak menyadari bahwa kesehatan lingkungan dapat menyebabkan suatu sumber penyakit bagi mereka sendiri. Pola kejadian suatu penyakit saat ini sudah sangat banyak mengalami perubahan yang ditandai dengan transisi epidemiologi. Perubahan dari pola penyakit yang semula didominasi pada penyakit infeksi menular beralih menjadi penyakit tidak menular (Kurniasih et al., 2022)

Perhatian dunia kesehatan kini beralih terhadap penyakit tidak menular karena semakin meningkatnya frekuensi penyakit tidak menular. Tiga dari sepuluh faktor penyebab utama dalam kematian di dunia disebabkan oleh penyakit tidak menular seperti stroke, hipertensi, dan penyakit jantung iskemik. Hampir sebagian besar kematian di dunia (70%) berhubungan langsung dengan penyakit tersebut sebagai penyebab terjadinya kematian di negara berkembang bahkan negara maju. Peningkatan kematian terhadap penyakit tidak menular yang semakin tinggi hal ini tentu saja akan menjadi masalah serius dalam dunia kesehatan. Berdasarkan survei dari 10 orang penyandang PTM sebanyak 7 orang tidak menyadari bahwa dirinya sedang mengidap penyakit tidak menular hal ini tentu saja menyebabkan penyakit berdampak lebih buruk (Budhi et al., 2022). Peningkatan terhadap penyakit tidak menular yang semakin tinggi serta penanganan yang tidak bisa diselesaikan dengan cara yang mudah, menjadi faktor penting dalam pencegahan terhadap penyakit tidak menular. Penyakit tidak menular yang sering dialami masyarakat sendiri adalah hipertensi. Banyak faktor pendukung terhadap melonjaknya kasus hipertensi yang semakin meningkat setiap tahunnya. Pada umumnya penyakit ini hanya menyerang pada lansia, akan tetapi semakin berkembangnya pengetahuan dan kemajuan teknologi saat ini, banyak ditemukan berbagai kasus mengenai hipertensi yang menyerang remaja.

Hipertensi adalah sebuah proses degeneratif yang terjadi pada sistem sirkulasi darah yaitu terjadinya gangguan bentuk pembuluh darah perifer yang bisa menyebabkan pembuluh darah mengeras atau kaku khususnya pada arteri yang disebut dengan aterosklerosis. Kekakuan pembuluh darah ini akan mengakibatkan penyempitan dan penumpukan plak sehingga dapat

menghambat jalannya darah di pembuluh darah perifer. Hal ini berujung pada perlambatan aliran darah dalam proses pendistribusiannya yang membuat jantung harus bekerja semakin berat maka respon jantung adalah dengan memberikan kompensasi berupa peningkatan kinerja pompa jantung yang dampaknya adalah peningkatan tekanan darah (Darmarani, 2020).

Faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya hipertensi ini dipecah dalam 2 kelompok besar yaitu faktor yang tidak bisa diubah seperti jenis kelamin, usia, genetik serta faktor yang bisa diubah seperti pola makan dan kerutinan berolahraga. (Fakhriyah, 2021). Faktor resiko juga berperan dalam penyebab munculnya hipertensi. Manajemen pola makan yang baik sangat diperlukan untuk melakukan pencegahan alami hipertensi tanpa konsumsi obat anti hipertensi.

Data dari World Health Organization atau WHO mencatat bahwa prevalensi hipertensi di seluruh dunia sebesar 22% dari total manusia di dunia. Dari banyaknya angka tersebut, terdapat kurang dari 1/5 orang yang peduli untuk berusaha mengendalikan tekanan darahnya. Kasus hipertensi di Asia Tenggara mencatat bahwa telah terjadi kematian sekitar 1,5 juta jiwa tiap tahunnya (Hartati J, Damailia R, 2020).

Berdasarkan data dari Riskesda mencatat bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1% di tahun 2018. Perkembangan kasus ini disebabkan oleh pola hidup yang tidak sehat seperti merokok, kurang aktivitas fisik dan makan- makanan yang tidak bergizi (Rahayu et al, 2018).

Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo mencatat kejadian hipertensi pada tahun 2018 mengalami kenaikan mencapai 31.245 jiwa dari yang tahun sebelumnya pada 2017 sebanyak 20.906 jiwa. Hal ini menunjukkan bahwa penambahan jumlah

angka kejadian yang cukup signifikan dari tahun ke tahun (Dinas Kesehatan Sukoharjo, 2018).

Desa Wirogunan merupakan salah satu daerah yang berada di Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo yang menjadi subjek wilayah dalam pemberian intervensi pengabdian masyarakat ini. Jumlah penduduk di desa Wirogunan berdasarkan data dari laporan kependudukan mencatat terdapat laki-laki sebanyak 2523 jiwa dan perempuan sebanyak 2568 jiwa dengan total penduduknya sebanyak 5091 jiwa di tahun 2022. Petugas kesehatan setempat mengungkapkan bahwa kasus hipertensi di desa Wirogunan menjadi salah satu fokus utama untuk ditangani. Angka kejadian atau prevalensi berdasarkan Program Indonesia Indonesia (PIS) di tahun 2022 mencatat terdapat sebanyak 127 orang terkena kasus hipertensi. Sebanyak 51,18 % proporsi penderita yang tidak minum obat secara teratur. Angka yang cukup tinggi ini dipengaruhi oleh tingkat edukasi terkait hipertensi yang masih rendah dan aktivitas fisik yang kurang.

Berdasarkan angka kejadian hipertensi yang cukup tinggi dan bahaya penyakit komplikasi yang bisa muncul maka perlunya dilakukan sebuah penyuluhan terkait penyakit hipertensi dan pemeriksaan tekanan darah (Kurniasari, 2020). Hal ini bertujuan untuk melihat kondisi kesehatan warga wirogunan secara berkala. Manfaat dari program penyuluhan kepada masyarakat ini adalah untuk memberikan pengetahuan mengenai hipertensi secara baik dan benar dari faktor penyebab, pencegahan, aktivitas fisik yang sesuai dan pola makan yang seimbang untuk menekankan kasus hipertensi berdasarkan ilmu kesehatan masyarakat, fisioterapi dan gizi di daerah Kartasura desa Wirogunan. Pentingnya peningkatan pengetahuan masyarakat terhadap kasus

hipertensi yang diharapkan dapat menekankan kasus hipertensi pada daerah di Wirogunan, Kartasura, kabupaten Sukoharjo.

METODE PENGABDIAN

PELAKSANAAN

Jenis pengabdian ini adalah pra eksperimental dengan rancangan pengabdian one group pre and post test design. Populasi dalam pengabdian ini adalah masyarakat umum Desa Wirogunan dengan rentang usia 23-70 tahun baik yang menderita hipertensi atau berisiko hipertensi. Instrumen pengabdian yang digunakan yaitu kuesioner yang berupa pre dan post test yang dibagikan sebelum dan sesudah diberikan materi penyuluhan mengenai hipertensi untuk mengetahui hasil yang diperoleh.

Kegiatan pengabdian masyarakat oleh mahasiswa UMS kelompok KKN 28 Fakultas Ilmu Kesehatan ini dilakukan di daerah Ngemplak Cilik RT 001/RW 003 yang ditujukan pada warga Desa Wirogunan dengan jumlah 38 orang. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat di desa Wirogunan tentang hipertensi terkait pencegahan dan penanggulangannya. Kegiatan ini dimulai dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah pada setiap peserta. Setelah itu setiap peserta diminta untuk mengisi pre-test sebagai tahap awal untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta tentang hipertensi, selanjutnya penyuluhan dengan menggunakan file power point tentang hipertensi, LCD dan layar proyektor, kemudian diakhiri dengan post- test. Materi hipertensi diambil dari beberapa sudut pandang yaitu dari sisi, kesehatan masyarakat, fisioterapi dan ilmu gizi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian ini dilakukan untuk meningkatkan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan tentang pencegahan hipertensi pada masyarakat desa Wirogunan, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo. Pengabdian ini dilaksanakan di pendopo Desa Ngemplak pada tanggal 25 Juni 2023.

Pengabdian mendapatkan 38 responden yang memenuhi kriteria inklusi.

Masyarakat sasaran dalam pengabdian ini adalah warga desa Wirogunan yang berisiko atau sedang menderita hipertensi. Karakteristik subjek meliputi jenis kelamin, usia, pekerjaan, dan tekanan darah.



Gambar 1. Proses pengisian kuesioner

Hasil pendataan karakteristik masyarakat sasaran dari Tabel 1 menunjukkan bahwa 70% berjenis kelamin perempuan dengan usia 23-70 tahun. Pekerjaan Ibu Rumah Tangga sebesar 63,2%

dan pedagang 13,2%. Sebanyak 71,1% menderita hipertensi berdasarkan *cut off point* tekanan darah sistolik >120.



Gambar 2. Pengecekan tekanan darah

Tabel 1. Karakteristik masyarakat sasaran

Jenis kelamin	N	Persentase (%)
Laki-laki	3	7.9
Perempuan	35	92.1
Jenis Pekerjaan		
Buruh	1	2.6
Guru	2	5.3
IRT	24	63.2
Pedagang	5	13.2
Swasta	6	15.8
Kategori Tekanan Darah		
Non Hipertensi	11	28.9
Hipertensi	27	71.1
Total	38	100

Hasil dari Tabel 1 menunjukkan bahwa 70% subjek berjenis kelamin perempuan dengan usia 23-70 tahun. Pekerjaan Ibu Rumah Tangga sebesar 63,2% dan pedagang 13,2%. Sebanyak 71,1% responden pengabdian menderita hipertensi berdasarkan *cut off point* tekanan darah sistolik >120.

Berdasarkan Tabel 2 hasil analisis statistik menggunakan uji non parametrik wilcoxon didapatkan nilai $p = 0,003$ ($p < 0,05$), maka H_0 ditolak yang berarti ada perbedaan tingkat pengetahuan warga Desa Wirogunan sebelum dan sesudah mendapatkan penyuluhan hipertensi. Hal ini juga dibuktikan dengan adanya peningkatan persentase tingkat

Tabel 2. Hasil analisis nilai *pre-test* dan *post-test* Kuesioner Pengetahuan Penyuluhan Hipertensi

No	Pertanyaan	Pre test		Post test	
		N	%	N	%
1	Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik >140mmHg dan tekanan darah diastolik >90mmHg.	28	73.7	36	94.7
2	Hipertensi hanya terjadi pada orang usia lanjut	28	73.7	33	86.8
3	Stroke merupakan salah satu penyebab hipertensi	15	39.5	17	44.7
4	Merokok merupakan salah satu faktor penyebab hipertensi	31	81.6	35	92.1
5	Hipertensi dapat disebabkan oleh faktor keturunan	25	65.8	28	73.7
6	Kurangnya aktivitas fisik dapat meningkatkan risiko hipertensi	32	84.2	37	97.4
7	Penderita hipertensi diharuskan melakukan aktivitas berat	32	84.2	28	73.7
8	Mengonsumsi makanan tinggi garam dapur dapat meningkatkan tekanan darah bagi penderita hipertensi	38	100	33	86.8
9	Penderita hipertensi dianjurkan mengonsumsi makanan berlemak	31	81.6	33	86.8
10	Membatasi konsumsi gula <50 gr/hari (4 sdm) dan garam <5 gr/hari (1 sdt) merupakan salah satu upaya menjaga pola makan yang baik.	38	100	38	100

pengetahuan responden dengan kategori baik sebesar 23.7%.

Hasil pengabdian ini sejalan dengan hasil pengabdian Priyanto dkk (2021) yang menjelaskan bahwa ada perbedaan pengetahuan tentang hipertensi dengan menggunakan media poster dan pengetahuan tentang hipertensi dengan menggunakan media audio visual video pada penderita hipertensi di wilayah kerja Kecamatan Puskesmas Pakong.

Hasil pengabdian Istiqomah (2022) menunjukkan bahwa skor post-test meningkat 14,22% dari skor pre-test. Hasil uji t-test menunjukkan bahwa pemberian edukasi tentang hipertensi berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan peserta Prolanis ($p = 0,003$).

Hasil tersebut juga sejalan dengan data sebelumnya yang menunjukkan ada pengaruh peningkatan pengetahuan setelah penyuluhan.

Secara statistik didapatkan p-value $0,0001 < 0,05$ yang berarti pengaruh promosi kesehatan signifikan terhadap kepatuhan pola hidup dan H_0 ditolak. Hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata nilai kepatuhan responden sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan, ini menunjukkan bahwa adanya pemberian penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan perilaku seseorang dalam mengintervensi penyakitnya dengan mengontrol dan mencegah terjadinya kenaikan tekanan darah yang melebihi batas normal (Veranita et al., 2020).

Namun, hasil pengabdian ini tidak sejalan dengan data Irianti dkk (2021) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan tentang hipertensi dengan tindakan pencegahan hipertensi pada lansia di BPSTW Budi Luhur Bantul. Penyuluhan hipertensi yang dilakukan memiliki tujuan untuk meningkatkan pengetahuan warga tentang hipertensi yang akan mendorong warga untuk berperilaku lebih baik dengan mengontrol tekanan darah dan melakukan pengecekan secara berkala ke puskesmas atau fasilitas kesehatan terdekat. Rangkaian kegiatan penyuluhan diawali dengan pengecekan tekanan darah, pre-test dilanjutkan penyuluhan dari sudut pandang kesehatan masyarakat, fisioterapi, dan gizi, tanya jawab lalu diakhiri dengan post-test.

Upaya yang dilakukan sebagai salah satu bentuk pengabdian yaitu dengan pemberian kartu cek tekanan darah yang berisi pemeriksaan yang relevan dengan pengontrolan hipertensi seperti tinggi badan, berat badan, lingkar perut dan tekanan darah. Kartu ini dapat dibawa setiap bulannya untuk

diberikan kepada bidan desa dan sudah disetujui untuk dibawa maupun dipergunakan setiap kali dilakukan pengecekan kesehatan di desa. Kartu ini bisa digunakan untuk pemantauan tekanan darah secara berkala setiap warga desa untuk mendeteksi ketidaknormalan tekanan darah sehingga dapat dilakukan tindakan pencegahan yang sesuai.

Penyuluhan kesehatan dilakukan tidak terlepas dari media yang digunakan untuk mendukung penyampaian materi. Media PPT yang digunakan ketika penyuluhan memberikan kesan menarik, informatif, menghindari kesalahan persepsi, dan memperjelas informasi yang akan disampaikan, sehingga warga desa dapat mengambil poin-poin yang disampaikan oleh penyaji ketika penyuluhan dan mampu untuk mengadopsi perilaku sesuai pesan-pesan yang disampaikan (Veranita et al., 2020).

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Wirogunan RT 001/RW 003 melalui penyuluhan dengan metode ceramah dan slide PPT berjalan dengan baik. Warga desa mengalami peningkatan pengetahuan dengan kategori baik dari sebelum mendapatkan penyuluhan sebesar 60,5% dan setelah mendapatkan penyuluhan sebesar 84,2%. Peningkatan pengetahuan terdiri dari pengertian, penyebab, pencegahan hipertensi, dan diet bagi penderita hipertensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih diberikan kepada pihak Universitas Muhammadiyah Surakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan atas segala fasilitasnya sehingga pengabdian berjalan lancar.

Selain itu juga terima kasih kami sampaikan kepada Ketua Pimpinan Ranting Muhammadiyah Desa Wirogunan beserta seluruh anggota pengurus dan warganya atas antusias sehingga dapat terlaksana kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Budhi, M. K. S., Wijaya, P. Y., Karyada, I.P. F., & Sanjaya, K. O. (2022). Pemberdayaan Pos Pembinaan Terpadu (POSBINDU) Dalam Rangka Identifikasi Faktor-Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular dan Status Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Abdi Insani*, 9(2), 448–459.
- Darmarani, A., Darwis, H., & Mato, R. (2020). Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia yang Menderita Hipertensi di Desa Buntu Buda Kecamatan Mamasa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(4), 366-370.
- Dewi, D., Firas A., dan Risma., N. (2020). Analysis Of Risk Factors For Coronary Heart Disease In Productive Age In Depok. Universitas Indonesia Maju.
- Efliani, D., Ramadia, A., & Hikmah, N. (2022). Efektifitas Senam Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Upt Pstw Khususnul Khotimah Pekanbaru. *Menara Medika*, 4(2), 183–191.
- Fakhriyah, F., Athiyya, N., Jubaidah, J., & Fitriani, L. (2021). Penyuluhan hipertensi melalui whatsapp group sebagai upaya pengendalian hipertensi. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(2), 435-442.
- Irianti, C H., Antara, A N., dan Jati, M A S. (2021). Hubungan tingkat pengetahuan tentang hipertensi dengan tindakan pencegahan hipertensi di BPSTW Budi Luhur Bantul. *Jurnal Riset Daerah*, vol. 21 no. 3.
- Istiqomah, F., Tawakal, A. I., Haliman, C. D., dan Atmaka, D. R. (2022). Pengaruh Pemberian Edukasi Terhadap Pengetahuan Hipertensi Peserta Prolanis Perempuan di Puskesmas Brambang, Kabupaten Jombang. *Media Gizi Kesmas*, Vol 11, No 1.
- Kurniasari, S., & Alrosyidi, A. F. (2020). Penyuluhan tentang Hipertensi dan Pemeriksaan Tekanan Darah pada Kelompok Ibu-ibu di Desa Bettet, Pamekasan. *Darmabakti: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 1(2), 74–78.
- Pardede, L., Sianturi, R., & Veranita, A. (2020). Peningkatan Kepatuhan Pola Hidup Melalui Penyuluhan Kesehatan Pada Klien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Altruistik*, 38-47.
- Priyanto, A., Abdillah, A., dan Zaitun, T. (2021). Pengaruh pendidikan kesehatan tentang hipertensi terhadap tingkat pengetahuan hipertensi menggunakan media poster dan audio visual pada pasien hipertensi. *Jurnal Nursing Update*, vol. 12 no. 3.
- Sofyan, A., Markhamah, A. Y. I., & Lestari, N. (2018). Peningkatan Kapasitas Produksi dan Perbaikan Kualitas Produk Susu Kedelai Skala Rumah Tangga Melalui Program Kemitraan Masyarakat. *Senadimas*.