

PENINGKATAN PEMAHAMAN PEMERIKSAAN RUTIN TEKANAN DARAH DALAM UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI: PENYULUHAN KESEHATAN

Improving Understanding of Routine Blood Pressure Checks in The Effort of Hypertension Prevention: Health Counseling

Metana Puspitasari¹, Rahmat Dani Yamsun², Nabila Safhira Titan Kencana²

¹Departemen Biomedik sub Patologi Klinik, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Mahasiswa, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Korespondensi: Metana Puspitasari. Alamat email: mp844@ums.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi adalah salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang membutuhkan perhatian karena jumlahnya meningkat setiap tahunnya. Hipertensi terjadi ketika tekanan darah sistolik naik ke 140 mmHg atau lebih, dan/atau tekanan darah diastolik mencapai 90 mmHg atau lebih. Data menunjukkan bahwa angka prevalensi hipertensi mengalami kenaikan 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018, hanya 30% dari kasus hipertensi yang terdeteksi sehingga menyebabkan keterlambatan pengobatan yang akan menimbulkan komplikasi. Untuk menangani kasus hipertensi, diperlukan pendekatan yang komprehensif dan holistik yang mencakup langkah-langkah promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini menambah edukasi pada masyarakat mengenai penyakit tidak menular khususnya hipertensi sebagai upaya promotif dan preventif dari penyakit hipertensi. Penelitian ini menerapkan pendekatan desain one group pre-test post-test. Sejumlah 34 peserta yang berpartisipasi berasal dari komunitas di Kelurahan Triyagan, Kecamatan Mojolaban, Kabupaten Sukoharjo. Data dianalisis dengan menggunakan Wilcoxon test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor rata-rata pada tahap pretest adalah 78,53%, sementara skor rata-rata pada tahap posttest adalah 87,06%. Hasil analisis mengindikasikan bahwa penyuluhan Kesehatan telah mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang hipertensi, hal ini dapat disimpulkan karena nilai $p < 0,05$.

Kata Kunci: Hipertensi, Penyakit Tidak Menular, Penyuluhan

ABSTRACT

Hypertension, a non-communicable disease (NCD), warrants attention due to its increasing prevalence year by year. It is characterized by systolic blood pressure ≥ 140 mmHg and/or diastolic blood pressure ≥ 90 mmHg. Data reveals a rise in hypertension prevalence from 25.8% in 2013 to 34.1% in 2018, with only 30% of cases being detected, resulting in treatment delays and potential complications. To combat hypertension, a comprehensive approach encompassing promotive, preventive, curative, and rehabilitative measures is essential. This community service initiative aims to educate the public, particularly about non-communicable diseases like hypertension, for promotive and preventive purposes. The study employs a one-group pre-test post-test design, involving 34 participants from Triyagan, Mojolaban, Sukoharjo Regency. Data analysis utilizes the Wilcoxon test. Findings indicate that the average pretest score was 78.53%, while the posttest score averaged at 87.06%. The analysis confirms that health education significantly influences public knowledge of hypertension, as evidenced by a p -value < 0.05 .

Keywords: Hypertension, Non-Communicable Diseases, Counseling

PENDAHULUAN

Permasalahan Indonesia di bidang kesehatan saat ini cukup kompleks, yaitu sedang menghadapi *triple burden disease* (tiga beban penyakit). Ketiga beban penyakit itu meliputi penyakit menular yang belum teratasi dengan baik, adanya penyakit infeksi *new emerging* dan *re-emerging* serta penyakit tidak menular (PTM) yang membutuhkan perhatian karena jumlahnya meningkat setiap tahunnya (Ansar *et al*, 2019).

Berdasarkan *Global Burden of Disease* (2017) dalam RPJMN 2020-2024, PTM di Indonesia menempati peringkat keenam dari sepuluh peringkat teratas (BPS, 2022). Faktor risiko utama PTM adalah (1) faktor metabolik yaitu berupa dislipidemia, hipertensi, gangguan fungsi ginjal, hiperglikemia, obesitas, dan malnutrisi pada anak dan ibu hamil. (2) Faktor perilaku seperti konsumsi alkohol dan rokok, aktivitas fisik yang kurang dan perilaku diet. (3) Faktor lingkungan yaitu polusi udara, kemiskinan dan kekerasan (Permenkes RI, 2020).

Hipertensi terjadi ketika tekanan darah sistolik naik ke 140 mmHg atau lebih, dan/atau tekanan darah diastolik mencapai 90 mmHg atau lebih (WHO, 2023). Diagnosis hipertensi harus dilakukan dengan mengukur tekanan darah setidaknya 2 kali dengan selang waktu 1 minggu.

Angka prevalensi hipertensi pada penduduk usia lebih dari 18 tahun menurut Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan penurunan menjadi 30,8% pada tahun 2023 dari 34,1% menurut Riskesdas tahun 2018 (Kemenkes, 2024). Meskipun terjadi penurunan dalam prevalensi hipertensi, masih ada kesenjangan dalam pemahaman masyarakat mengenai status hipertensinya. Data menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara prevalensi yang didiagnosis oleh dokter sebesar 5,9% dan prevalensi berdasarkan pengukuran tekanan darah yang mencapai 26% pada usia 18-59 tahun. Kesenjangan ini lebih besar lagi pada kelompok usia 60 tahun ke atas, dengan perbedaan 33,9% antara diagnosis dokter (22,9%) dan hasil pengukuran tekanan darah (56,8%). Kesenjangan ini menandakan kebutuhan mendesak untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang kondisi hipertensinya, yang merupakan langkah penting dalam pencegahan penyakit komplikasi seperti penyakit jantung dan pembuluh darah (Kemenkes, 2024).

Berdasarkan data dari Sistem Informasi Rumah Sakit (SIRS) tahun 2015, Jawa Tengah menjadi provinsi dengan jumlah kasus hipertensi terbanyak di Indonesia, termasuk hipertensi

esensial dan varian hipertensi lainnya, dengan total 15.451 kasus (Kemenkes, 2017). Insidensi hipertensi di Kabupaten Sukoharjo berdasarkan pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun menurut Riskesdas 2018 sebanyak 37,59%. Angka tersebut sedikit di atas rata-rata nasional, yang sebesar 37,57% (Riskesdas, 2018).

Untuk menganggulangi masalah PTM terutama kasus hipertensi perlu dilakukan upaya yang meliputi segala aspek dan bersifat menyeluruh seperti tindakan promosi kesehatan, pencegahan, pengobatan, serta rehabilitatif. Tindakan promosi dan pencegahan merupakan upaya pendekatan strategis yang dilakukan untuk mengurangi beban PTM khususnya hipertensi melalui pemberdayaan masyarakat dalam pengendalian faktor resiko serta peningkatan pengetahuan akan penyakit hipertensi (Permenkes, 2020).

TUJUAN DAN MANFAAT

Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan edukasi pada masyarakat mengenai penyakit tidak menular khususnya hipertensi serta pemeriksaan tekanan darah sebagai upaya promotif dan preventif dari penyakit hipertensi. Melalui program peningkatan pengetahuan ini, diharapkan masyarakat akan lebih menyadari

pentingnya memeriksa tekanan darah secara teratur untuk mendeteksi dini penyakit hipertensi. Hal ini diharapkan akan mendorong perubahan perilaku dan meningkatkan kesadaran akan kesehatan.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di bulan Agustus 2022, dalam bentuk penyuluhan dan skrining hipertensi (pemeriksaan tekanan darah) dengan sasarannya adalah ibu-ibu PKK di RT 3 RW 7 Kelurahan Triyagan, Kecamatan Mojolaban, Kabupaten Sukoharjo. Evaluasi terhadap hasil kegiatan dapat dilakukan dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test dari setiap peserta yang menjawab 10 pertanyaan yang sama mengenai hipertensi. Materi disampaikan menggunakan presentasi dengan media *power point* dan dialog interaktif secara luring. Pengukuran tekanan darah dalam rangka skrining adanya hipertensi pada peserta menggunakan alat *sphygmomanometer digital*.

HASIL DAN DISKUSI

Penyuluhan hipertensi ini diikuti oleh 34 orang peserta dengan rentang usia antara 35 hingga 62 tahun. Kegiatan ini dirancang untuk memberikan informasi yang komprehensif mengenai hipertensi kepada peserta. Materi yang

disampaikan selama penyuluhan mencakup aspek-aspek penting mengenai hipertensi. Peserta diberikan informasi tentang apa itu hipertensi, faktor risiko yang mungkin mempengaruhi seseorang, gejala dan tanda yang biasanya muncul, serta klasifikasi hipertensi sesuai dengan JNC 8. Selain itu, peserta juga diberikan informasi tentang bagaimana mencegah dan mengendalikan hipertensi melalui pemeriksaan tekanan darah rutin dan pola hidup yang sehat.

Data yang diperoleh dari Tabel 1 memberikan gambaran jelas tentang dampak penyuluhan ini terhadap pemahaman peserta. Sebelum penyuluhan dimulai, nilai rata-rata pre-test yang diperoleh dari peserta adalah 78,53 dengan skor terendah 40 dan tertinggi 100. Namun, setelah penyuluhan, terjadi peningkatan yang signifikan dalam pemahaman peserta. Skor post-test menunjukkan rata-rata 87,06 dengan rentang skor antara 50 hingga 100.

Tabel 1. Statistika Deskriptif

	Descriptive Statistics			
	N	Min	Max	Mean
Pre_test	34	40	100	78,53
Post_test	34	50	100	87,06

Kenaikan skor post-test menunjukkan bahwa penyuluhan yang diselenggarakan efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai hipertensi. Hal ini menunjukkan bahwa

penyuluhan dapat dianggap sebagai alat yang berguna dalam upaya meningkatkan kesadaran masyarakat tentang penyakit ini.

Namun, untuk memastikan keefektifan penyuluhan, diperlukan analisis statistik yang lebih mendalam. Dari analisis awal, terlihat bahwa data pre-test dan post-test tidak mengikuti distribusi normal (Tabel 2). Oleh karena itu, untuk mengevaluasi perbedaan antara kedua kelompok tersebut, digunakan metode pengujian *Wilcoxon Test*.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

	Kolmogorov - Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre_test	,180	34	,007	,871	34	,001
Post_test	,342	34	,000	,694	34	,001

Hasil dari pengujian dengan metode *Wilcoxon* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,005 (Tabel 3). Artinya, terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok pre-test dan post-test. Ini menegaskan bahwa penyuluhan kesehatan memiliki dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai hipertensi.

Tabel 3. Hasil Uji Wilcoxon

	Ranks		
	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test	Negative Ranks	2 ^a	9.25
	Positive Ranks	15 ^b	8.97
	Ties	17 ^c	
	Total	34 [*]	134.50

Keterangan :
 a. *Post Test < Pre Test*
 b. *Post Test > Pre Test*
 c. *Post Test = Pre Test*
 * *p* = 0.005

Tidak hanya pengetahuan, tetapi juga penting untuk memeriksa kondisi kesehatan peserta. Hasil skrining tekanan darah menunjukkan bahwa rerata tekanan darah peserta lebih dari 120/80 mmHg. Fakta ini menggarisbawahi betapa pentingnya penyuluhan ini, mengingat tekanan darah di atas ambang batas normal dapat menandakan risiko hipertensi.

Mempertimbangkan semua temuan ini, jelas bahwa penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi sangat penting untuk masyarakat. Ini tidak hanya meningkatkan kesadaran dan pemahaman mereka tentang penyakit, tetapi juga membantu mereka mengidentifikasi risiko pribadi mereka dan mengambil langkah pencegahan yang diperlukan. Hal ini selaras dengan penelitian Mahmuda *et al* pada tahun 2022 yaitu terjadi peningkatan pengetahuan mengenai risiko, gejala dan pencegahan dari penyakit hipertensi melalui edukasi webinar.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan yang dilakukan telah menunjukkan dampak positif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai hipertensi. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pemahaman peserta mengenai penyakit ini, terutama dalam hal pengertian, gejala, dan

pencegahan. Hal ini selaras dengan penelitian Riolina, *et al* pada tahun 2021 bahwa pemberian edukasi Kesehatan merupakan salah satu alternatif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terutama untuk yang kurang memahami perilaku sehat dan tidak sehat.

Pentingnya pemeriksaan tekanan darah rutin sebagai langkah pencegahan juga ditekankan dalam kegiatan ini. Hasil skrining tekanan darah menunjukkan bahwa rerata tekanan darah peserta lebih dari 120/80 mmHg, mengindikasikan risiko yang lebih tinggi dari hipertensi.

Sebagai rekomendasi untuk kedepannya, sangat disarankan agar kegiatan penyuluhan serupa diperluas ke masyarakat yang lebih luas, mencakup tingkat kelurahan atau kecamatan. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat luas tentang risiko hipertensi dan memotivasi mereka untuk mengadopsi pola hidup sehat serta melakukan pemeriksaan rutin. Pendekatan semacam ini, jika diterapkan secara konsisten, diharapkan dapat berkontribusi signifikan dalam mengurangi beban hipertensi di masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada UMS atas dukungan finansial dan hibah yang telah diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ansar J., Dwinata I., Apriani M. 2019. *Determinan Kejadian Hipertensi Pada Pengunjung Posbindu di Wilayah Kerja Puskesmas Ballaparang Kota Makasar*. JNIK Volume 1. Edisi 3.
- BPS. 2022. Statistik Kesehatan 2022. Jakarta: <https://www.bps.go.id/id/publication/2023/08/31/923a16f1d75232565f1e0446/statistik-kesehatan-2022.html>
- Kementerian Kesehatan RI. 2017. *Profil Penyakit Tidak Menular Tahun 2016*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI Direktorat Jenderal Penyakit Tidak Menular
- Kementerian Kesehatan RI. 2016. *PTM Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular di Indonesia*. https://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/VHcrlbkVobjRzUDN3UCs4eUJ0dVBndz09/2017/10/PTM_Pencegahan_dan_Pengendalian_Penyakit_Tidak_Menular_di_Indonesia_2017_01_16.pdf
- Kementerian Kesehatan RI. 2024. Laporan Tematik Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023. Potret Indonesia Sehat. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/laporan-tematik-ski/>
- Mahmuda, I. N. N. ., Maslahah, S. F. N. ., Putriyantiwi, I. ., Oktafiani, N. S. ., Yamsun, R. D. ., Khairunnisa, R. ., ... Rajendra, H. H. . (2022). Kolaborasi Webinar: Kenali Risiko, Gejala, Dan Pencegahan Hipertensi . *Jurnal Pengabdian Masyarakat Medika*, 2(2), 53–58. <https://doi.org/10.23917/jpmmedika.v2i2.482>
- Permenkes. 2020. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 21 Tahun Rencana Strategis Kementerian Kesehatan tahun 2020-2024*. Jakarta : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Riolina A, Hernawan B, Amanu FM, Nur'aini F, Sabrina RM, Pratama RS, et al. (2021) "Peningkatan Kesadaran Masyarakat Tentang Perilaku Merokok Terhadap Risiko Terjadinya Hipertensi Serta Masalah Kesehatan Rongga Mulut Melalui Webinar", *Jurnal Pengabdian Masyarakat Medika*, 1(2), pp. 25–29. doi: 10.23917/jpmmedika.v1i2.346
- Riskesdas. 2018. *Laporan Provinsi Jawa Tengah Riskesdas 2018*. Jakarta : Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- WHO. 2023. *Hypertension*. Available from : <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/hypertension> (diunduh tgl 18 Agustus 2023)