

Penyuluhan Hipertensi di Desa Perkebunan Tanjung Kasau Kabupaten Batu Bara

**Sarah Patumona Manalu*, Novrida Harpah Hasibuan, Yasmine Anggia Sari, dan
Ade Citra Nadhira**

Program Studi Teknik Lingkungan, Universitas Sumatera Utara, Medan,
Indonesia

*sarahpatumona@usu.ac.id

Abstrak: Hipertensi adalah suatu kondisi atau keadaan di mana seseorang mengalami kenaikan tekanan darah di atas batas normal yang akan menyebabkan kesakitan bahkan kematian. Seseorang akan dikatakan hipertensi apabila tekanan darahnya melebihi batas normal, yaitu lebih dari 140/90 mmHg. Pendidikan kesehatan dengan menggunakan metode penyuluhan merupakan cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan. Akses terhadap informasi dan edukasi tentang penyakit hipertensi di Desa Perkebunan Tanjung Kasau masih rendah, sehingga kelompok KKNTD-30 USU (Kuliah Kerja Nyata Tematik Diperpanjang-30 Universitas Sumatera Utara) membuat suatu program kerja berupa penyuluhan tentang hipertensi. Tujuan dari kegiatan ini adalah agar dapat meningkatkan kesadaran masyarakat Desa Perkebunan Tanjung Kasau untuk peduli dengan penyakit hipertensi sebagai bentuk pengendalian penyakit hipertensi di Desa Perkebunan Tanjung Kasau. Kegiatan ini dilaksanakan pada 22 Oktober 2022. Sasaran dari kegiatan ini adalah masyarakat Desa Perkebunan Tanjung Kasau, Kabupaten Batu Bara. Metode yang digunakan adalah dengan penyuluhan kesehatan interaktif ke rumah kepada keluarga secara langsung dengan memberikan poster mengenai hipertensi. Hasil yang diperoleh adalah kegiatan penyuluhan berjalan dengan baik dan lancar, peserta aktif bertanya, dan mengikuti penyuluhan dari awal sampai selesai, sehingga terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai penyakit hipertensi dari 68% dan setelah diberikan penyuluhan melalui media *leaflet* menjadi 95%. Simpulan dari kegiatan ini adalah kegiatan ini sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap penyakit hipertensi serta meningkatkan kesadaran masyarakat untuk memperbaiki pola hidup dan kesadaran pengecekan kesehatan secara rutin.

Kata Kunci: Hipertensi; Kesehatan; Penyuluhan

Abstract: Hypertension is a condition or situation where a person experiences an increase in blood pressure above normal limits, which will cause illness and even death. A person will be said to be hypertensive if his blood pressure exceeds the normal limit, which is more than 140/90 mmHg. Health education using counseling methods is a way that can be done to increase knowledge. Access to information and education about hypertension in Desa Perkebunan Tanjung Kasau is still low, so the KKNTD-30 USU group (Extended Thematic Real Work Lecture-30 University of North Sumatra) created a work program in the form of counseling about hypertension. This activity aims to increase the awareness of the people of Desa Perkebunan Tanjung Kasau about hypertension as a form of controlling hypertension in Desa Perkebunan Tanjung Kasau. This activity was carried out on October 22, 2022. The target of this activity was the people of Desa Perkebunan Tanjung Kasau, Batu Bara Regency. The method used is directly interactive health education at home to families by providing posters about hypertension. The results were that the counseling activities ran well and smoothly, and participants actively asked questions and participated in the counseling from start to finish, resulting in an increase in public knowledge about hypertension from 68% and after being given counseling through leaflets to 95%. This activity concludes that it is very effective in increasing public knowledge of hypertension

and increasing public awareness to improve lifestyle and awareness of routine health checks.

Keywords: *Hypertension; Health; Education*

© 2023 Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat

Received: 10 Juli 2023 **Accepted:** 2 November 2023 **Published:** 10 November 2023

DOI : <https://doi.org/10.20527/btjpm.v5i4.9472>

How to cite: Manalu, S. P., Hasibuan, N. H., Sari, Y. A., & Nadhira, A. C. (2023). Penyuluhan hipertensi di desa perkebunan tanjung kasau. *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(4), 1430-1436.

PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan komponen dari aktivitas akademik yang memiliki orientasi praktis dalam konteks sosial. Dalam program ini, mahasiswa akan terlibat secara langsung dengan masyarakat untuk menerapkan pengetahuan yang diperoleh selama studi, sejalan dengan prinsip-prinsip Tri Dharma Perguruan Tinggi, yakni pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat. Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKNT) juga merupakan salah satu program Kampus Merdeka Belajar.

Hipertensi memegang peran sentral sebagai pemicu utama angka kematian global dengan proporsi sekitar 12,8%. Pada tahun 1999-2000, jumlah penderita hipertensi di Amerika mencapai 58-65 juta orang dan mengalami peningkatan sebesar 15 juta dari tahun 1988-1991. Di Indonesia, prevalensi hipertensi mencapai angka yang signifikan, yaitu mencapai 31,7% dari total penduduk dewasa. Prevalensi ini jauh melampaui persentase di Singapura (27,3%), Thailand (22,7%), serta Malaysia (20%). Faktor-faktor seperti kebiasaan makan yang tidak sehat, berat badan berlebih, serta kebiasaan merokok dan mengonsumsi alkohol turut mendorong munculnya penyakit hipertensi (Kurniasih & Setiawan, 2012).

Hipertensi merupakan salah satu faktor paling umum yang berdampak terhadap terjadinya penyakit kardiovaskular, dan menjadi isu kesehatan utama di seluruh dunia

(Purnama & Saleh, 2017). Menurut *World Health Organization* (2012), hipertensi menjadi salah satu kontributor utama terhadap penyakit jantung dan *stroke* yang secara bersama-sama merupakan penyebab utama kematian dan kecacatan. Hipertensi diperkirakan memengaruhi satu atau lebih dari tiga orang dewasa yang berusia 25 tahun ke atas, atau sekitar satu miliar orang di seluruh dunia (Parinduri & Barus, 2019). *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa bersamaan dengan pertumbuhan populasi, jumlah individu yang menderita hipertensi diproyeksikan akan terus meningkat, dengan estimasi bahwa sekitar 29% dari seluruh populasi dunia akan mengalami hipertensi pada tahun 2025. Hipertensi menyebabkan hampir 8 juta kematian setiap tahun, dengan hampir 1,5 juta di antaranya berasal dari wilayah Asia Tenggara. Oleh karena itu, diperkirakan bahwa 1 dari 3 orang dewasa di Asia Tenggara akan mengidap penyakit hipertensi (Hepilita & Saleman, 2019).

Di Indonesia, jumlah individu yang menderita hipertensi diperkirakan mencapai 15 juta orang, namun hanya 4% dari penderita hipertensi yang berhasil mengontrol kondisinya. Angka tersebut mengacu pada individu yang menyadari mereka memiliki hipertensi dan sedang menjalani pengobatan. Sementara itu, sekitar 50% dari penderita hipertensi tidak menyadari kondisinya, yang dapat beresiko menghadapi perkembangan lebih lanjut yang serius

(Machsus *et al.*, 2020). Berdasarkan hasil Survei Indikator Kesehatan Nasional (Sirkesnas) tahun 2016, distribusi jumlah penderita hipertensi menurut kelompok usia adalah sebagai berikut: kelompok usia < 20 tahun sebanyak 10,7%, usia 20-29 tahun sebanyak 17,9%, usia 30-39 tahun sebanyak 27,5%, usia 40-49 tahun sebanyak 39,1%, usia 50-59 tahun sebanyak 49,2 %, dan usia \geq 60 tahun sebanyak 63,0% (Kemenkes RI, 2017).

Hipertensi terjadi ketika tekanan darah sistolik melebihi 140 mmHg dan tekanan darah diastolik melebihi 90 mmHg pada dua pengukuran terpisah dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat atau tenang. Apabila peningkatan tekanan darah berlangsung dalam jangka waktu yang lama, hal ini berpotensi mengakibatkan kerusakan pada organ-organ seperti ginjal, jantung, dan otak. Oleh karena itu, perlunya tindakan pengobatan yang tepat waktu menjadi penting (Yulanda & Lisiswanti, 2017). Secara umum, dapat disimpulkan bahwa hipertensi memiliki kaitan erat dengan gaya hidup. Gaya hidup tiap individu yang mengabaikan aspek kesehatan berperan dalam memicu timbulnya hipertensi. Hal-hal seperti konsumsi berlebihan makanan asin, makanan manis, konsumsi makanan cepat saji yang kaya natrium, konsumsi daging yang berlebihan, serta kurangnya aktivitas fisik atau olahraga, semuanya dapat berkontribusi terhadap risiko hipertensi.

Seorang perawat diharapkan dapat membantu berperan serta memberikan informasi dan mengawasi penderita hipertensi untuk mengatasi masalah kesehatan di masyarakat (Purwati *et al.*, 2014). Salah satu upaya yang dilakukan perawat untuk meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi, yaitu dengan dilakukan penyuluhan kesehatan (Hepilita & Saleman, 2019). Penyuluhan merupakan langkah efektif dalam meningkatkan pemahaman dan pengetahuan untuk mencegah timbulnya

komplikasi. Penyuluhan kesehatan menjadi salah satu cara efektif untuk mendapatkan informasi pengetahuan kesehatan dari sebelum diberikannya penyuluhan dan sesudah dilakukannya penyuluhan (Marbun & Hutapea, 2022). *Leaflet* adalah media visual yang dapat dimanfaatkan untuk menarik perhatian masyarakat agar mereka tertarik untuk memperhatikan isi materi yang disajikan (Andriyani *et al.*, 2021).

Desa Perkebunan Tanjung Kasau yang terletak di Kabupaten Batu Bara menjadi lokasi terpilih untuk kegiatan kuliah kerja nyata. Beberapa masyarakat Desa Perkebunan Tanjung Kasau menderita penyakit hipertensi, namun akses terhadap informasi dan edukasi terhadap penyakit hipertensi di desa ini masih rendah, sehingga masih banyak masyarakat yang tidak tahu cara mengatasi dan mencegah penyakit hipertensi. Oleh karena itu, kelompok KKNTD-30 USU melaksanakan suatu program kerja berupa penyuluhan tentang hipertensi. Program ini bertujuan agar dapat meningkatkan kesadaran masyarakat Desa Perkebunan Tanjung Kasau untuk peduli dengan penyakit hipertensi sebagai bentuk pengendalian penyakit hipertensi di Desa Perkebunan Tanjung Kasau.

METODE

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah berupa penyuluhan. Kegiatan penyuluhan hipertensi dilakukan pada tanggal 22 Oktober 2022. Penyuluhan dilakukan secara langsung kepada masyarakat Desa Perkebunan Tanjung Kasau. Penyuluhan dilakukan dengan mengunjungi rumah warga untuk menyampaikan materi tentang hipertensi dengan menggunakan poster. Dalam kegiatan ini, masyarakat juga diberikan kesempatan untuk bertanya setelah materi disampaikan serta akan dilakukan diskusi. Jumlah responden dalam kegiatan ini berjumlah 5 rumah atau 10 orang. Adapun tahap

pelaksanaan dari kegiatan ini adalah sebagai berikut.

Pemilihan Lokasi

Lokasi yang akan dijadikan sebagai tempat penyuluhan, yaitu Dusun V Desa Perkebunan Tanjung Kasau, Kabupaten Batu Bara, Provinsi Sumatera Utara.

Penyuluhan Hipertensi

Penyuluhan dilakukan untuk mengedukasi masyarakat tentang penyakit hipertensi, yaitu meliputi pengertian, gejala, serta cara mencegahnya. Penyuluhan juga dilakukan dengan membawa *leaflet*. Setelah penyuluhan dilakukan sesi tanya jawab, pemberian bingkisan, serta foto bersama. Adapun bentuk *leaflet* yang digunakan dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1 *Leaflet* Penyuluhan Hipertensi

Evaluasi

Evaluasi dilaksanakan dengan memberikan *pre-test* dan *post-test* kepada masyarakat. Instrumen evaluasi berupa kuesioner pengetahuan tentang hipertensi. Evaluasi ini bertujuan untuk menilai hasil dari pelaksanaan program penyuluhan hipertensi serta untuk mengetahui tingkat pemahaman masyarakat tentang penyakit hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan program kerja penyuluhan hipertensi di Desa Perkebunan Tanjung Kasau yang diselenggarakan oleh kelompok KKNTD-30 USU telah dilaksanakan pada 22 Oktober 2022. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan dilakukan secara langsung kepada masyarakat secara *door to door*. Adapun pelaksanaan kegiatan penyuluhan hipertensi kepada masyarakat Desa Perkebunan Tanjung Kasau dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2 Penyuluhan Tentang Hipertensi ke Rumah Warga

Berdasarkan hasil pelaksanaan program kegiatan penyuluhan secara langsung kepada masyarakat, sedikit banyak masyarakat telah memahami mengenai hipertensi dari yang sebelumnya masyarakat belum banyak paham mengenai hal tersebut. Kegiatan penyuluhan tentang hipertensi yang telah diberikan kepada 5 rumah keluarga mendapatkan hasil, yaitu adanya peningkatan pengetahuan mengenai penyakit hipertensi dari 68% dan setelah diberikan penyuluhan melalui media *leaflet* menjadi 95%. Penyuluhan dari rumah ke rumah mengenai hipertensi pada masyarakat memiliki dampak yang baik dan warga paham mengenai penyakit hipertensi, dapat dilihat dari antusiasme para masyarakat yang antusias dan sangat kooperatif saat dilakukan penyuluhan.

Penyuluhan adalah proses di mana informasi dan pengetahuan disampaikan kepada individu atau kelompok dengan

tujuan untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang topik tertentu. Setelah dilakukan penyuluhan, terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat dikarenakan informasi yang disampaikan secara sistematis dan relevan, interaksi langsung dengan fasilitator, masyarakat yang lebih aktif dan responsif terhadap materi yang disampaikan, evaluasi pemahaman, serta penggunaan poster yang dapat membuat masyarakat lebih mudah memahami informasi. Pada penelitian Nelwan (2019) menunjukkan adanya perubahan pengetahuan responden untuk tingkat pengetahuan baik dari 56,5% (*pre-test*) menjadi 70% (*post-test*). Berdasarkan uji t diperoleh nilai p sebesar 0,000 ($< 0,05$) yang berarti tindakan promosi kesehatan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan responden tentang hipertensi. Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan Hidayatullah & Rokhmiati (2023) juga menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi melalui kegiatan edukasi, yaitu skor *post-test* meningkat 98% dari skor *pre-test*.

Penyuluhan kesehatan adalah suatu upaya yang dapat berdampak pada perubahan perilaku responden, termasuk perubahan dalam peningkatan pengetahuan. Melalui proses penyuluhan, masyarakat memperoleh pembelajaran yang membawa transformasi dari ketidaktahuan menjadi pemahaman dan dari kurang pemahaman menjadi pemahaman yang lebih baik (Muthia *et al.*, 2016). Penyuluhan dan edukasi yang dilakukan memberikan pemahaman tentang pengertian hipertensi, penyebab, gejala serta pencegahan penyakit hipertensi. Pemahaman yang semakin berkembang mengenai hipertensi dapat mendorong individu untuk mengadopsi perilaku yang lebih baik dalam mengelola hipertensi mereka, sehingga tekanan darah tetap terjaga dengan baik (Wulansari *et al.*, 2013). Tingkat

pengetahuan yang dimiliki oleh pasien mengenai hipertensi juga memiliki dampak terhadap tingkat ketaatan pasien dalam menjalani pengobatan (Mathavan & Pinatih, 2017). Seiring dengan meningkatnya pengetahuan tentang hipertensi maka dapat melakukan penatalaksanaan penyakitnya, sehingga pasien menjadi lebih baik (Triana & Hardiansyah, 2021).

Penggunaan *leaflet* sebagai alat untuk kegiatan penyuluhan dan sebagai sumber himbauan kepada masyarakat merupakan pilihan yang memberikan manfaat, karena *leaflet* mampu mencapai lebih banyak individu dan tersebar secara luas. Kelebihan *leaflet* adalah dapat diakses dan dibaca berulang kali, sehingga memudahkan pemahaman atas kontennya. Selain itu, melalui membaca *leaflet*, masyarakat memiliki potensi untuk merasa termotivasi untuk menjelajahi informasi tentang hipertensi dan berupaya untuk mengaplikasikannya (Kadrianti *et al.*, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian Priyanto *et al.*, (2021), didapatkan *p-value* $0,001 \leq 0,05$ yang artinya ada perbedaan peningkatan pengetahuan pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah diberikan media poster, setelah pemberian media terdapat 13 responden yang mengalami peningkatan pengetahuan hipertensi. Hal ini dikarenakan penyuluhan kesehatan melalui media poster lebih mudah dipahami karena responden merasa bahasa yang terdapat pada poster mudah dipahami, durasi membaca dapat disesuaikan, dan disertai gambar yang menarik. Namun, menggunakan *leaflet* sebagai media penyuluhan tetap memiliki beberapa kelemahan. Salah satunya adalah tidak semua anggota masyarakat akan membaca *leaflet* tersebut karena beberapa lansia mungkin tidak memiliki kemampuan membaca, dan juga terbatas oleh aktivitas yang mereka lakukan (Wulan *et al.*, 2023). Edukasi hipertensi yang diberikan

dengan berbagai media diharapkan dapat memengaruhi pengetahuan dan berdampak pada perbaikan kualitas hidup dan kestabilan tekanan darah (Oliveros *et al.*, 2019).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan program, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap penyakit hipertensi serta meningkatkan kesadaran masyarakat untuk memperbaiki pola hidup dan kesadaran pengecekan kesehatan secara rutin. Adapun solusi yang diberikan kepada lansia dengan kategori tekanan darah tinggi, yaitu dengan memberikan ajakan dan himbauan kepada mereka untuk selalu mengontrol kepatuhan konsumsi obat dan makanan serta mengatur pola hidup yang sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, S., Alfiah, A., Adilah, F., Mawardah, R., Nursyifa, R. I., Pangestu, M. R., ... & Nisariati, N. (2021). Promosi kesehatan pada masyarakat kelurahan margomulyo usia produktif dengan media leaflet dan poster sebagai upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surakarta 2021*.
- Hepilita, Y., & Saleman, K. A. (2019). Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan diet hipertensi pada penderita hipertensi usia dewasa di puskesmas mombok manggarai timur 2019. *Wawasan Kesehatan*, 4(2), 91-100.
- Hidayatullah, A., & Rokhmiati, E. (2023). Edukasi kegawatdaruratan hipertensi dalam meningkatkan pengetahuan lansia dengan hipertensi. *Jurnal Masyarakat Mengabdikan Nusantara*, 2(3), 175-182.
- Kadrianti, E., Hasifah, & Jamila, K. (2021). Peningkatan pengetahuan tentang hipertensi kepada masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 5-6.
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Profil penyakit tidak menular tahun 2016*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kurniasih, I., & Setiawan, M. R. (2012). Analisis faktor risiko kejadian hipertensi di puskesmas spondol semarang periode bulan september–oktober 2011. *Jurnal Kedokteran Muhammadiyah*, 1(3).
- Machsus, A. L., Anggraeni, A., Indriyani, D., Angraini, D. S., Putra, D. P., Rahmawati, D., ... & Nurhaliza, N. (2020). Pengobatan hipertensi dengan memperbaiki pola hidup dalam upaya pencegahan meningkatnya tekanan darah. *Journal of Science, Technology and Entrepreneur*, 2(2).
- Marbun, W. S., & Hutapea, L. M. (2022). Penyuluhan kesehatan pada penderita hipertensi dewasa terhadap tingkat pengetahuan hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(1), 89-99.
- Mathavan, J., & Pinatih, G. N. I. (2017). Gambaran tingkat pengetahuan terhadap hipertensi dan kepatuhan minum obat pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas kintamani i. *Intisari Sains Medis*, 8(3), 176-180.
- Muthia, F. (2016). Perbedaan efektifitas penyuluhan kesehatan menggunakan metode ceramah dan media audiovisual (film) terhadap pengetahuan santri madrasah aliyah pesantren khulafaur Rasyidin Tentang TB Paru Tahun 2015. *Jurnal Mahasiswa PSPD FK Universitas Tanjungpura*, 2(4).
- Nelwan, J. E., & Sumampouw, O. (2019). Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap perubahan pengetahuan masyarakat tentang

- hipertensi di kota manado. *Journal PHWB*, 1(2), 1-7.
- Oliveros, E., Patel, H., Kyung, S., Fugar, S., Goldberg, A., Madan, N., & Williams, K. A. (2020). Hypertension in older adults: Assessment, management, and challenges. *Clinical Cardiology*, 43(2), 99-107.
- Parinduri, J. S., & Barus, E. R. (2019). Perbandingan kepatuhan diet pasien penderita hipertensi di rumah dengan penderita hipertensi yang menjalani hospitalisasi di rumah sakit bunda thamrin. *Jurnal Keperawatan Flora*, 12(1), 33-39.
- Priyanto, A., Abdillah, A., & Zaitun, T. (2021). Pengaruh pendidikan kesehatan tentang hipertensi terhadap tingkat pengetahuan hipertensi menggunakan media poster dan audio visual pada pasien hipertensi. *NURSING UPDATE: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 12(3), 105-118.
- Purnama, A., & Saleh, R. (2017). Perbedaan pola diet dan stres terhadap hipertensi di rumah sakit pmi bogor tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 7(4), 313-321.
- Purwati, R. D., Bidjuni, H., & Babakal, A. (2014). Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan perilaku klien hipertensi di puskesmas bahu manado. *Jurnal Keperawatan*, 2(2).
- Triana, D., & Hardiansyah, H. (2021). Promosi kesehatan mengenai hipertensi dan pemeriksaan laboratorium di kelurahan susia dewa kota bengkulu. *Dharma Raflesia: Jurnal Ilmiah Pengembangan dan Penerapan IPTEKS*, 19(1), 41-48.
- Wulan, E. S., Listyarini, A. D., Arsy, G. R., Hindriyastuti, S., & Purwandari, N. P. (2023). Mengenal dan mencegah progresivitas hipertensi pada lansia di desa gondosari kecamatan gebog kabupaten kudus. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 6(1), 52-58.
- Wulansari, J., Ichsan, B., & Usdiana, D. (2013). Hubungan pengetahuan tentang hipertensi dengan pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi di poliklinik penyakit dalam rsud dr. moewardi surakarta. *Biomedika*, 5(1).
- Yulanda, G., & Lisiswanti, R. (2017). Penatalaksanaan hipertensi primer. *Jurnal Majority*, 6(1), 28-33.