

Upgrading Knowledge Mengenai Hipertensi Di Tejoagung, Metro Timur, Kota Metro

M. Ricky Ramadhian, Hanna Mutiara

Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

Abstrak

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan penyebab meningkatnya risiko penyakit stroke, jantung, dan ginjal. Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2001, kematian akibat penyakit jantung dan pembuluh darah di Indonesia sebesar 26,3%. Berdasarkan data di atas maka perlunya upaya promotif pada pelayanan kesehatan. Kegiatan penyuluhan ini diikuti oleh 21 orang bapak-bapak di Desa Tejoagung, Metro Timur, Kota Metro. Penyuluhan ini dilakukan di Mesjid Nurul Huda, Desa Tejoagung, Metro Timur, Kota Metro. Setelah mendapatkan penyuluhan mengenai hipertensi diharapkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat di Desa Tejoagung, Metro Timur, Kota Metro.

Kata Kunci: hipertensi, penyuluhan, promotif

Korespondensi: dr. M. Ricky Ramadhian, M.Sc. |Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Jl. Prof. Soemantri Brojonegoro Bandar Lampung | e-mail: rickyramadhian@gmail.com

PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan penyebab meningkatnya resiko penyakit stroke, jantung dan ginjal. Pada akhir abad 20, penyakit jantung dan pembuluh darah menjadi penyebab utama kematian di negara maju dan negara berkembang. Hipertensi merupakan salah satu pencetus terjadinya penyakit jantung, ginjal dan stroke. Berdasarkan riset kesehatan dasar (Riskesdas)¹ 2007 prevalensi Hipertensi di Indonesia sangat tinggi, yakni mencapai 31,7 persen dari total jumlah penduduk dewasa.

Berdasarkan Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT)² tahun 2001, kematian akibat penyakit jantung dan pembuluh darah di Indonesia sebesar 26,3%. Sedangkan data kematian di rumah sakit tahun 2005 sebesar 16,7%. Faktor risiko utama penyakit jantung dan pembuluh darah adalah hipertensi, di samping hiperkolesterolemia dan diabetes melitus.^{3,4}

Sebagian besar penderita hipertensi di Indonesia tidak terdeteksi, sementara mereka yang terdeteksi umumnya tidak menyadari kondisi penyakitnya. Di dunia, hampir 1 milyar orang atau 1 dari 4 orang dewasa menderita tekanan darah tinggi. Tekanan darah tinggi merupakan penyakit kronis serius yang bisa merusak organ tubuh. Setiap tahun darah tinggi menjadi penyebab 1 dari setiap 7 kematian (7 juta per tahun) disamping menyebabkan kerusakan jantung, mata, otak dan ginjal. Hipertensi merupakan

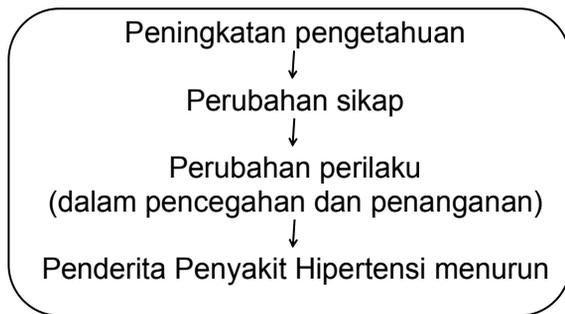
penyebab utama penyakit jantung, otak, syaraf, kerusakan hati dan ginjal sehingga membutuhkan biaya yang tidak sedikit. Hal ini merupakan beban yang besar baik untuk keluarga, masyarakat maupun negara.⁵

Berdasarkan data di atas maka perlunya upaya promotif pada pelayanan kesehatan. Dalam hal ini akan kami lakukan upaya promotif di wilayah Tejoagung, Metro Timur, Kota Metro. Dari latar belakang di atas diperlukan adanya upaya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi atau yang lebih dikenal sebagai hipertensi di wilayah Tejoagung, Metro Timur, Kota Metro. Hal ini sangatlah penting dilakukan sebagai upaya untuk memberikan kesadaran kepada masyarakat untuk mencegah, kesadaran untuk berobat apabila terkena hipertensi, mengetahui akibat hipertensi, dan pengetahuan lain mengenai hipertensi.

Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan kesadaran kepada masyarakat untuk mencegah, kesadaran untuk berobat apabila terkena hipertensi, mengetahui akibat hipertensi, dan pengetahuan lain mengenai hipertensi. Manfaat dari kegiatan ini adalah menyediakan informasi bagi masyarakat tentang pengertian hipertensi, bagaimana menghindari hipertensi, bagaimana merubah gaya hidup pada penderita hipertensi dan akibat hipertensi.

METODE PENGABDIAN

Metode yang dilakukan pada kegiatan ini penyuluhan dengan metode ceramah dan tanya jawab tentang pengertian, perubahan gaya hidup, pengobatan hipertensi, akibat hipertensi. Materi penyuluhan yang diberikan mencakup pengertian hipertensi, gejala klinis, dan pencegahan.



Gambar 1. Kerangka Konsep

Kerangka konsep yang dipakai adalah dengan peningkatan pengetahuan akan hipertensi diharapkan dapat turut mengubah sikap yang akhirnya dapat mengubah perilaku untuk mencegah dan menangani hipertensi.

Kegiatan ini bekerjasama dengan pihak pengurus masjid Nurul Huda wilayah Tejoagung, Metro Timur, Kota Metro sebagai penyedia tempat, dan pengundang peserta. Sedangkan sarana, alat peraga, dan materi penyuluhan dipersiapkan oleh tim pelaksana kegiatan.

Khalayak sasaran yang cukup strategis dalam kegiatan ini adalah masyarakat umum di wilayah Tejoagung, Metro Timur, Kota Metro.

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada hari Minggu, tanggal 12 Agustus 2012 di Aula Masjid Nurul Huda, Tejoagung, Metro Timur, Kota Metro.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan ini diikuti oleh 21 orang bapak-bapak di Desa Tejoagung, Metro Timur, Kota Metro. Penyuluhan ini dilakukan di Masjid Nurul Huda, Desa Tejoagung, Metro Timur, Kota Metro. Kegiatan dilaksanakan selama 1,5 jam meliputi pembukaan, penyuluhan dan diskusi.

Penyuluh memberikan materi mengenai pengertian hipertensi, gejala Klinis, dan pencegahan hipertensi. Selain penyuluhan, penyuluh juga mengadakan tanya jawab dan diskusi. Dalam

memberikan penyuluhan, penyuluh menggunakan alat bantu berupa LCD yang penyuluh susun sendiri berdasarkan literatur yang ada.



Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan Kesehatan Hipertensi

Pada kegiatan penyuluhan ada 3 pertanyaan yang berkaitan dengan hipertensi.

1. Apakah beda antara gejala tekanan darah rendah dan hipertensi?

Jawaban:

Pada tekanan darah rendah dan tekanan darah tinggi, gejala bisa saja hampir sama berupa sakit kepala/ pusing, yang bisa membedakan biasanya dengan pemeriksaan otekanan darah memakai alat spigmomanometer. Ini bisa dilakukan dengan memeriksakan sebulan atau sewaktu-waktu di Puskesmas atau pelayanan kesehatan lainnya.

2. Orangtua saya menderita tekanan darah tinggi dengan tekanan darah 180/100 mmHg, bagaimana caranya agar turun tekanan darahnya dan apa saja resiko penyakitnya?

Jawaban:

Pada Tekanan darah tinggi di atas 160/xxx mmHg, penanganannya selain perubahan gaya hidup, seperti berolahraga, menghindari makanan yang tinggi kolesterol atau lainnya, menghindari stres, juga harus dikelola dengan diberikan obat hipertensi.

3. Apakah stroke disebabkan kolesterol atau hipertensi?

Jawaban:

Stroke merupakan kelainan pada otak manusia, bisa karena penyumbatan

maupun pembuluh darah yang pecah, jadi ada 2 penyebab dari kolesterol yang tinggi atau pun dari tekanan darah yang tinggi.

SIMPULAN

Setelah mendapatkan penyuluhan mengenai hipertensi diharapkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat di Desa Tejoagung, Metro Timur, Kota Metro. Di lain waktu dapat diadakan penyuluhan dengan topik yang lain.

Diharapkan peserta penyuluhan yang telah mendapatkan materi tentang Hipertensi dapat meneruskan ke keluarga dan orang-orang di sekitarnya dalam rangka menurunkan angka kejadian hipertensi dan komplikasinya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta: Kemenkes RI; 2007.
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Survei Kesehatan Rumah Tangga. Jakarta: Kemenkes RI; 2001.
3. Grundy SM, Benjamin IJ, Burke GL, Chait A, Eckel RH, et al. Diabetes and cardiovascular disease: a statement for healthcare professionals from the American Heart Association. *Circulation*. 1999; 100(10):1134-46.
4. Sowers JR, Epstein M, Frohlich ED. Diabetes, hypertension, and cardiovascular disease: an update. *Hypertension*. 2001; 37(4):1053-9
5. Chobanian AV. Seventh Report of Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure. *Hypertension*. 2003; 42(6):1206-52.