

Penyuluhan dan Skrining Hipertensi pada Jamaah Manasik Haji Kecamatan Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2023

Syahrul Hamidi Nasution, Indah Fajriani

Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Radin Intan Lampung

Abstrak

Penyakit tidak menular (PTM) menjadi penyebab utama kematian secara global. Hipertensi sebagai salah satu penyakit tidak menular yang paling umum ditemukan dalam praktik kedokteran primer. Komplikasi hipertensi dapat mengenai berbagai organ target seperti jantung, otak, ginjal, mata, dan arteri perifer. Penatalaksanaan hipertensi dilakukan sebagai upaya pengurangan resiko naiknya tekanan darah dan pengobatannya. Dalam penatalaksanaan hipertensi upaya yang dilakukan berupa upaya nonfarmakologis (memodifikasi gaya hidup melalui pendidikan kesehatan) dan farmakologis (obat-obatan). Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan kepada masyarakat khususnya jamaah manasik haji di Kecamatan Terbanggi Besar. Kegiatan pengabdian berupa penyuluhan dan pemeriksaan hipertensi. Penilaian untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta dilakukan sebanyak 2 kali, yaitu dilakukan pre-test dan post-test.. Kegiatan penyuluhan pengabdian ini diikuti oleh 141 orang peserta dari jamaah manasik haji di Kecamatan Terbanggi Besar, Lampung Tengah. Hasil dari kegiatan pengabdian ini didapatkan bahwa saat pre-test sekitar >70% peserta belum mengetahui tentang hipertensi dan bahayanya. Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan, terjadi peningkatan secara signifikan tingkat pengetahuan peserta tentang hipertensi.

Kata Kunci : hipertensi, penyakit tidak menular, penyuluhan kesehatan.

Korespondensi: dr. Syahrul Hamidi Nasution, M.Epid. | Jl. Soemantri Brodjonegoro No.1 | HP 085273794227
e-mail:hamiditwins@gmail.com

PENDAHULUAN

Tren perkembangan penyakit tidak menular menyebabkan perubahan beban penyakit di Indonesia. Beban penyakit tidak menular di tahun 1990 sebesar 37% meningkat menjadi 49% di tahun 2000, dan menjadi 58% di tahun 2010. Klaim rawat inap ke BPJS Kesehatan Januari-Juni 2014 mencapai 735.000 kasus dengan menyerap dana JKN Rp. 4,2 triliun.⁴

Menurut data yang diperoleh dari Risesdas tahun 2018 bahwa dari tahun 2013 hingga 2015, kategori penyakit sistem pembuluh darah menempati peringkat pertama, kategori penyakit sistem muskuloskeletal dan jaringan ikat menempati peringkat kedua, dan kategori penyakit kulit dan jaringan subkutan menempati peringkat ketiga sebagai penyakit tidak menular terbanyak di Indonesia⁵.

Hipertensi sebagai salah satu penyakit tidak menular (kategori penyakit sistem pembuluh darah) yang paling umum ditemukan dalam praktik kedokteran primer. Hipertensi adalah meningkatnya tekanan darah sistolik lebih besar dari 140 mmHg dan atau diastolik lebih besar dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang

waktu 5 menit dalam keadaan cukup istirahat (tenang)¹. Komplikasi hipertensi dapat mengenai berbagai organ target seperti jantung, otak, ginjal, mata, dan arteri perifer. Dalam sebuah studi metaanalisis yang mencakup 61 studi observasional prospektif pada 1 juta pasien yang setara dengan 12 juta *person-years* ditemukan bahwa penurunan rerata tekanan darah sistolik sebesar 2 mmHg dapat menurunkan risiko mortalitas akibat penyakit jantung iskemik dan menurunkan risiko mortalitas akibat *stroke* sebesar 10%. Tercapainya target penurunan tekanan darah sangat penting untuk menurunkan kejadian kardiovaskuler pada pasien hipertensi⁶.

Penatalaksanaan hipertensi dilakukan sebagai upaya pengurangan resiko naiknya tekanan darah dan pengobatannya. Dalam penatalaksanaan hipertensi upaya yang dilakukan berupa upaya nonfarmakologis (memodifikasi gaya hidup melalui pendidikan kesehatan) dan farmakologis (obat-obatan). Beberapa pola hidup sehat yang dianjurkan oleh banyak *guidelines* (pedoman) adalah dengan penurunan berat badan, mengurangi asupan garam, olah raga yang dilakukan

secara teratur, mengurangi konsumsi alkohol dan berhenti merokok².

Pembangunan kesehatan adalah penyelenggaraan upaya kesehatan oleh bangsa Indonesia, untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang, agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya⁷.

Tujuan kegiatan ini adalah melakukan penyuluhan kesehatan yang merupakan gabungan berbagai kegiatan dan kesempatan yang berlandaskan prinsip-prinsip belajar untuk mencapai suatu keadaan, dimana individu, keluarga, kelompok atau masyarakat secara keseluruhan ingin hidup sehat, tahu bagaimana caranya dan melakukan apa yang bisa dilakukan, secara perseorangan maupun secara kelompok dan meminta pertolongan³. Walaupun belum dapat dilakukan secara serentak dan keseluruhan, namun dengan dimulainya dalam komunitas yang kecil diharapkan dapat menjadi awal yang baik. Kegiatan ini diharapkan dapat berkembang dan terlaksana secara berkelanjutan sehingga manfaatnya dapat mencakup kepada masyarakat luas.

Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah melakukan penyuluhan hipertensi dan pemeriksaan kepada peserta. Penyuluhan dilakukan dengan memberikan materi seputar hipertensi. Setelah dilakukan kegiatan, evaluasi dilakukan guna mengetahui sejauh mana pengetahuan tentang hipertensi telah ditangkap oleh peserta.

METODE PENGABDIAN

Pemecahan masalah yang diterapkan pada kegiatan ini mencakup meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi metode penyuluhan. Khalayak sasaran pada kegiatan ini adalah seluruh jamaah manasik haji di Kecamatan Terbanggi Besar, Lampung Tengah.

Adapun rencana kegiatan tersebut sebagai berikut:

- Mengukur pengetahuan (*prior knowledge*) peserta mengenai hipertensi melalui *pre test*;
- Penyuluhan dengan metode ceramah dan tanya jawab;
- Mengukur pengetahuan peserta setelah penyuluhan melalui *post test*;

d. Pemeriksaan tekanan darah;

Nilai *post test* akan dibandingkan dengan *pre test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 31 Agustus 2023 di Kecamatan Terbanggi Besar, Lampung Tengah. Kegiatan ini diikuti oleh 141 orang peserta jamaah manasik haji.

Kegiatan ini dilakukan mulai pukul 09.00–12.00 WIB. Untuk mengetahui keberhasilan penyuluhan, sebelum pelaksanaan penyuluhan dilakukan *pretest* dengan meminta peserta untuk mengisi kuesioner yang sudah disiapkan.

Kuesioner terdiri atas 7 pertanyaan tentang pengetahuan umum mengenai hipertensi dan pengaruh gaya hidup terhadap hipertensi.

Selain penyuluhan, penyuluh juga mengadakan tanya jawab dan diskusi dengan peserta penyuluhan. Setelah penyuluhan selesai, diberikan *posttest* dengan meminta peserta untuk mengerjakan kuesioner kembali.

Berdasarkan hasil pengamatan *pretest*, diketahui bahwa pengetahuan umum mengenai hipertensi sekitar 85,36% peserta mendapatkan nilai <50.

Adapun materi yang disampaikan meliputi pengetahuan umum dan pengaruh gaya hidup terhadap hipertensi. Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, nilai hasil pengamatan meningkat. Peserta menjadi lebih mengetahui terkait materi penyuluhan yang disampaikan. Sebanyak 92,7 % peserta mendapatkan nilai > 60.

Tabel 1. Soal Pre dan Post Test

1.	Tekanan darah tinggi yaitu tekanan darah dengan nilai lebih dari 139/90 mmHg	Betul	Salah	
2.	Olahraga rutin 3x seminggu dapat mencegah tekanan darah tinggi	Betul	Salah	
3.	Merokok dapat menurunkan tekanan darah tinggi	Betul	Salah	
4.	Konsumsi	Betul	Salah	

	garam berlebih dapat menyebabkan tekanan darah tinggi			
5.	Tekanan darah tinggi merupakan penyakit yang tidak dapat dicegah	Betul	Salah	
6.	Salah satu komplikasi tekanan darah tinggi adalah penyakit stroke	Betul	Salah	
7.	Tekanan darah tinggi bukan penyakit menular	Betul	Salah	

dengan membandingkan nilai *pretest* dan *posttest*.

Penyuluhan yang berkelanjutan tentang hipertensi agar dapat terus dilakukan untuk mencegah terjadinya dampak berbahaya bagi kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Andrea GY,2013 Korelasi Derajat Hipertensi dengan Stadium Penyakit Ginjal Kronik di RSUP. Dr. Kariadi Semarang periode 2008-2012.Semarang.
2. Damayantie N, Heryani E, Muazir, 2018.Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Penatalaksanaan Hipertensi oleh Penderita di Wilayah Kerja Puskesmas Sekernan Ilir Kabupaten Muaro Jambi Tahun 2018.Jambi.
3. Effendy, Uchajana Onong, 2011. Ilmu komunikasi Teori dan Praktek. PT Remaja Rosdakarya: Bandung.
4. Heniawati, Thabrany H.2016.Perbandingan Klaim Penyakit Katastropik Peserta Jaminan Kesehatan Nasional di Provinsi DKI Jakarta dan Nusa Tenggara Timur Tahun 2014.Jakarta.
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.2018.Laporan Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018.Jakarta.
6. Muhadi, 2018.JNC 8:Evidence-based Guidline Penanganan Pasien Hipertensi Dewasa.Jakarta.
7. Notoatmodjo S. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.



Gambar 1. Foto-foto kegiatan

SIMPULAN

Setelah mendapatkan penyuluhan tentang hipertensi maka pengetahuan peserta jamaah manasik haji di Kecamatan Terbanggi Besar, Lampung Tengah menjadi meningkat. Penilaian ini didasarkan hasil pengamatan