

PENYULUHAN TENTANG HIPERTENSI DAN PEMERIKSAAN TEKANAN DARAH PADA KELOMPOK MASYARAKAT TANI DI DESA JATI MULYO, JATI AGUNG, LAMPUNG SELATAN, LAMPUNG

Ervina Damayanti¹, Afriyani¹, Ghina Nazhifah Az Zahra¹, Zifa Aisha Vanadis¹

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi penyebab utama morbiditas dan mortalitas di Indonesia. Kelompok petani termasuk dalam populasi yang rentan terhadap hipertensi karena faktor usia, pola makan, aktivitas fisik yang tidak seimbang, serta keterbatasan akses informasi dan layanan kesehatan serta paparan pestisida. Penyuluhan edukasi mengenai hipertensi menjadi langkah preventif penting untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman para petani terhadap faktor risiko, gejala, dan pencegahan hipertensi. Kegiatan ini juga melakukan pemeriksaan tekanan darah sebagai deteksi awal penyakit hipertensi serta memantau tekanan darah para petani yang telah terdiagnosis hipertensi. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan dengan melakukan penyampaian materi menggunakan media leaflet serta dilakukan sesi tanya jawab dan kuis, yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan dasar mengenai hipertensi. Sasaran pada kegiatan ini adalah petani di Desa Jati Mulyo, Kecamatan Jati Agung, Kabupaten Lampung Selatan yang berjumlah 24 orang. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta setelah kegiatan penyuluhan, yang diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku menuju pola hidup yang lebih sehat. Kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan di komunitas petani sangat efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pencegahan terhadap penyakit hipertensi.

Kata kunci: Hipertensi, Penyuluhan, Edukasi, Petani.

*Korespondensi:

Ervina Damayanti
Jl. Prof. Sumantri Brodjonegoro No 1 Bandar Lampung
+62-896-3283-2380 | Email: ervina.damayanti@fk.unila.ac.id

PENDAHULUAN

Hipertensi atau darah tinggi menjadi salah satu penyakit *silent killer* yang menjadi penyebab kematian nomor satu di dunia. Hipertensi merupakan kondisi dimana tekanan darah sistolik lebih besar dari 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik lebih besar dari 90 mmHg.¹ Hipertensi di Indonesia masih menjadi permasalahan kesehatan utama yang harus diperhatikan. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menyatakan bahwa hipertensi menjadi faktor risiko tertinggi penyebab kematian keempat dengan persentase 10,2% dan sekitar 102.000 jiwa buruh tani di Indonesia yang terdiagnosis mengalami hipertensi pada tahun 2023.² Hipertensi dapat terjadi pada siapa saja, terlebih dipengaruhi oleh aktivitas sehari-hari dan juga pola hidup.

Desa Jati Mulyo merupakan suatu desa yang terletak di Kecamatan Jati Agung, Kabupaten Lampung Selatan, Provinsi Lampung, Indonesia. Desa Jati Mulyo merupakan salah satu desa yang memiliki potensi pertanian tertinggi di Kabupaten Lampung Selatan, sehingga banyak masyarakatnya berprofesi sebagai petani dengan mayoritas berada pada usia produktif. Data dari Risesdas (Riset Kesehatan Dasar) 2018 di Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada petani menempati posisi yang signifikan di antara kelompok pekerjaan.³ Studi lain juga menunjukkan bahwa pekerja pada bidang pertanian sering mengalami hipertensi serta gangguan kardiovaskular.⁴ Profesi sebagai buruh tani dengan aktivitas fisik yang lebih tinggi dan pola hidup yang kurang teratur menjadi salah satu penyumbang terjadinya kejadian hipertensi saat ini, aktivitas fisik yang dilakukan oleh buruh tani hanya aktivitas fisik kerja dan tidak pada aktivitas lainnya, terlebih dengan pola hidup dan keseharian buruh tani menyebabkan tidak

adanya waktu untuk mengontrol tekanan darah sehingga dapat risiko mengalami penyakit kardiovaskular semakin meningkat.⁵ Selain itu, beberapa studi juga mengemukakan bahwa paparan kronis terhadap pestisida dapat memengaruhi sistem kardiovaskular dengan menyebabkan akumulasi asetilkolin yang mengganggu regulasi tekanan darah serta memicu peradangan dan stres oksidatif yang menjadi faktor risiko penyakit kardiovaskular, termasuk hipertensi.⁶

Dampak negatif yang terjadi akibat tekanan darah yang tidak terkontrol dapat menyebabkan hipertensi, gangguan kardiovaskular lainnya, stroke, gagal ginjal, gangguan penglihatan, hingga kematian.⁷ Hal-hal yang dapat dilakukan dalam meminimalkan kejadian kematian akibat hipertensi yaitu secara farmakologis dan non-farmakologis. Pengobatan secara farmakologis dengan menggunakan obat anti hipertensi yang perlu diminum seumur hidup oleh pasien yang telah didiagnosis hipertensi. Sementara itu, secara non-farmakologis dapat dilakukan rutin kontrol tekanan darah, modifikasi gaya hidup, kontrol diet, manajemen stres, olahraga, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol, dan istirahat yang cukup.⁸

Tidak terkontrolnya tekanan darah dapat memberikan dampak-dampak negatif bagi kesehatan, oleh sebab itu sangat diperlukan edukasi kepada masyarakat khususnya buruh tani terkait bahaya hipertensi serta solusi dalam penanganan hipertensi. Upaya edukasi kesehatan melalui penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan rutin dapat membantu masyarakat untuk lebih memahami pentingnya menjaga kesehatan serta melakukan deteksi dini terhadap kondisi yang dapat menyebabkan komplikasi kesehatan yang serius.⁹ Mahasiswa dari Universitas Lampung yang tergabung dalam Himpunan Mahasiswa Farmasi Universitas Lampung melakukan kegiatan SI AKSI (Himafarsi Beraksi) dengan melaksanakan kegiatan penyuluhan penyakit hipertensi dan pemeriksaan tekanan darah gratis kepada masyarakat tani di Desa Jati Mulyo dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran terkait bahaya hipertensi, pengetahuan terkait hipertensi, dan pentingnya rutin kontrol tekanan darah di pelayanan kesehatan terdekat sehingga dapat meminimalkan terjadinya dampak buruk dari hipertensi serta mendapatkan pengobatan yang layak dari fasilitas kesehatan.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh Himpunan Mahasiswa Farmasi dengan kegiatan SI AKSI di Desa Jati Mulyo, Kecamatan Jati Agung, Kabupaten Lampung Selatan, Provinsi Lampung. Kegiatan ini meliputi penyuluhan penyakit hipertensi, kuis seputar materi hipertensi, dan cek tekanan darah bagi masyarakat tani. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui kondisi kesehatan, serta memberikan kewaspadaan dan kesadaran kapan masyarakat harusnya kontrol ke penyedia pelayanan kesehatan untuk mengontrol tekanan darah sehingga diharapkan masyarakat dapat mencegah dampak buruk bagi kesehatan.

Pemeriksaan tekanan darah dilakukan dengan menggunakan tensimeter digital dan manual. Masyarakat diperiksa secara berurutan sesuai dengan nomor urutan yang telah diberikan. Pada saat pemeriksaan tekanan darah dilakukan pemberian edukasi yang rinci terkait hasil pemeriksaan yang telah dilakukan kepada masyarakat, selain itu juga diberikan rekomendasi untuk melakukan pemeriksaan secara rutin ke pelayanan kesehatan untuk mengontrol tekanan darah.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul SI AKSI (Himafarsi Beraksi) yang dilaksanakan oleh Himpunan Mahasiswa Farmasi Universitas Lampung ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan untuk mencapai tujuan edukatif dan preventif pada masyarakat tani terhadap penyakit hipertensi.

Lokasi pengabdian dilakukan di Desa Jati Mulyo, Kecamatan Jati Agung, Kabupaten Lampung Selatan, Provinsi Lampung. Berdasarkan survei yang dilaksanakan, masyarakat tani di Desa Jati Mulyo belum pernah mendapatkan edukasi terkait penyakit hipertensi. Kegiatan penyuluhan dilakukan pada pukul 09.00 WIB di balai tani Desa Jati Mulyo, diadakan selama satu hari pada tanggal 16 November 2024.

Pada kegiatan ini diikuti sebanyak 24 masyarakat Desa Jati Mulyo yang umurnya berkisar antara 21-67 tahun. Kegiatan ini diikuti oleh sebanyak 5 orang peserta perempuan dan 19 orang peserta laki-laki.

Survei dan observasi awal dilakukan untuk mengetahui keadaan atau kondisi dari masyarakat Desa Jati Mulyo dan melakukan penentuan terkait waktu, tempat, dan teknis pelaksanaan. Selanjutnya melakukan kegiatan SI AKSI, yaitu penyuluhan terkait hipertensi dan pemeriksaan tekanan darah dilakukan oleh mahasiswa dan dosen Program Studi Farmasi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung. Metode yang diterapkan yaitu: 1) pengondisian tempat, alat, dan peserta; 2) pengarahan; 3) pemeriksaan tekanan darah; 4) pembukaan acara; 5) penyuluhan atau edukasi; 6) kuis dan penyerahan *doorprize*. Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan untuk mengetahui ketercapaian output keberhasilan kegiatan.

Pemeriksaan hipertensi pada warga dilakukan untuk mengetahui tekanan darah masyarakat menggunakan tensimeter atau *sphygmomanometer* secara manual dan digital. Pemeriksaan ini bertujuan untuk mengetahui kondisi kesehatan, serta memberikan kewaspadaan dan kesadaran kapan masyarakat harusnya kontrol ke penyedia pelayanan kesehatan untuk mengontrol tekanan darah sehingga diharapkan masyarakat dapat mencegah dampak buruk bagi kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan kesehatan berperan penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap faktor risiko dan pencegahan penyakit tidak menular seperti hipertensi. Edukasi yang diberikan dalam kegiatan ini menekankan pentingnya pola hidup sehat, termasuk konsumsi makanan bergizi seimbang, aktivitas fisik yang cukup, dan kebiasaan rutin dalam melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala sebagai deteksi dini dan pencegahan penyakit.¹⁰

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada tanggal 16 November 2024 pukul 09.00 – 12.30 WIB. Kegiatan ini dihadiri oleh masyarakat tani di desa Jati Mulyo Lampung Selatan sebanyak 24 orang dengan rentang usia yaitu 21-67 tahun (Gambar 1). Kegiatan pengabdian ini mencakup pemeriksaan tekanan darah peserta, penyuluhan dan edukasi terkait penyakit hipertensi.



Gambar 1. Peserta kegiatan (a) dan narasumber pada kegiatan penyuluhan (b).

Gambar 1 merupakan proses penyampaian edukasi terkait penyakit hipertensi yang disampaikan oleh mahasiswa Program Studi Farmasi Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Edukasi dilakukan menggunakan media *leaflet* dan poster yang digunakan untuk menyampaikan materi terkait hipertensi, bahaya hipertensi, cara pola hidup yang sehat untuk mencegah hipertensi, dan obat-obatan hipertensi. Pembagian *leaflet* kepada peserta bertujuan untuk memberikan informasi yang mudah dipahami terkait hipertensi, penyebab, gejala, faktor risiko dan bahaya komplikasi dari hipertensi sehingga diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat. *Leaflet* tersebut dapat dijadikan alat komunikasi visual yang menarik dan ringkas serta dapat disimpan oleh peserta.

Parameter output keberhasilan terkait penyampaian materi tentang hipertensi yang dilakukan yaitu dengan pelaksanaan kuis yang mengajukan beberapa pertanyaan terkait materi yang telah disampaikan untuk mengetahui seberapa paham para peserta terkait materi yang telah disampaikan.



Gambar 2. Pemeriksaan Tekanan Darah Peserta Kegiatan

Pada gambar 2 menunjukkan proses pemeriksaan tekanan darah para peserta. Berdasarkan pemeriksaan tekanan darah yang dilakukan didapatkan bahwa 10 dari 24 warga yang diperiksa memiliki tekanan darah yang tidak normal, berada dalam kisaran tekanan darah tinggi *stage 1* (140-159/ 90-99 mmHg) hingga krisis hipertensi (>180/>110 mmHg) yang memerlukan pengobatan farmakologis dan non-farmakologis. Saat dilakukan edukasi secara personal beberapa warga mengaku tidak pernah melakukan pemeriksaan tekanan darah sehingga saat dilakukan pengecekan tekanan darah sudah tinggi dan tidak normal. Temuan ini menunjukkan bahwa masih banyak masyarakat yang kurang menyadari bahaya dari penyakit hipertensi. Pemeriksaan ini bermanfaat bagi masyarakat tani Desa Jati Mulyo sebagai deteksi dini penyakit hipertensi dan pemantauan kondisi kesehatan masyarakat.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian menggunakan metode penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan menunjukkan bahwa kegiatan ini berhasil menjadi deteksi awal untuk mengetahui status penyakit hipertensi peserta, selain itu kegiatan ini juga dapat meningkatkan pemahaman, pengetahuan, dan kesadaran pemeriksaan kesehatan secara rutin dan bahaya penyakit hipertensi yang menjadi salah satu penyebab kematian tertinggi. Pemeriksaan tekanan darah yang dilakukan menghasilkan bahwa 41,6% peserta memiliki tekanan darah tidak normal.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. Hypertension. 2023. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>. Accessed June 10, 2025.

2. Kemenkes BKK. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Dalam Angka. *Kementerian Kesehatan Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan*. 2023.
3. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. 2018. http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf. Accessed June 18, 2025.
4. Ganguly S, Maiti R, Gupta M, Karak P. Comparative Study of Effect of Farming on Anthropological Parameters among Farmers and Non-farmers. *Saudi J Med Pharm Sci*. 2016; 2(6):129–33.
5. Aisya MC, Firdaus J, Raharjo AM, Prasetyo A, Kusuma IF, Astuti IS. Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Buruh Tani Wanita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Mumbulsari Jember. *CoMPHI Journal: Community Medicine and Public Health of Indonesia Journal*. 2024;5(2):188-197.
6. Erni E, Gumay AR, Bakri S. Hubungan antara Aktivitas Asetilkolinesterase Darah dan Tingkat Atensi pada Petani Kentang dengan Paparan Kronik Pestisida Organofosfat di Desa Kepakisan Banjarnegara. *Jurnal Kedokteran Diponegoro (Diponegoro Medical Journal)*. 2018;7(1):158-170.
7. Tukan RA, Najihah N, Wijayanti D. Kepatuhan kontrol tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Health Information: Jurnal Penelitian*. 2023;15(2):1-1.
8. Patriyani RE, Sulistyowati D. Menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi melalui SEFT. *Jurnal Empathy Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2020;1(1):9-17.
9. Kementerian Kesehatan RI. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022. 2022. <https://kemkes.go.id/id/profil-kesehatan-indonesia-2022>. Accessed June 18, 2025.
10. Susanto, A., Wahyuni, T., & Lestari, M. Efektivitas Program Penyuluhan Kesehatan dalam Pencegahan Penyakit Tidak Menular. *Public Health Journal*. 2022; 19(4): 210–219.