

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 3 No. 4	Edition: September 2023 – Desember 2023
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPPH	
Received : 19 September 2023	Revised: 28 September 2023	Accepted: 30 September 2023

EDUKASI KESEHATAN FAKTOR PENYEBAB HIPERTENSI DUSUN I MADYO DESA SIDODADI, KECAMATAN SIBIRU-BIRU, KABUPATEN DELI SERDANG

Health Education About Hypertension, Hamlet I, Sidodadi Village, Sibiru-Biru District, Deli Serdang Regency

Novrika Silalahi¹, Pitto Pratiwi Malau², Ana Apriana³, Bachtiyar Wahab⁴, Sulastri Br Ginting⁵

^{1,2} Program Studi Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Deli Husada

^{3,4} Program Studi Manajemen Informasi Kesehatan, Institut Kesehatan Deli Husada

⁵ Program Studi Administrasi Rumah Sakit, Institut Kesehatan Deli Husada

e-mail : novrikasilalahi29@gmail.com, pittomalau26@gmail.com, anaapriana1107@gmail.com,
bahtiarwahab4@gmail.com, gsulastri@gmail.com

Abstract

Hypertension is high blood pressure of a long duration with blood pressure exceeding $\geq 140/90$ mmHg, in general normal blood pressure is 120/80 mmHg. Symptoms that appear in hypertension are headaches, nausea, fatigue, vomiting, shortness of breath, anxiety, blurred vision which occurs due to damage to the brain, eyes, heart and kidneys. Many people do not fully understand the symptoms of hypertension. With the target organ in the brain being stroke, hypertension is the main cause of stroke which carries a high death rate. Hypertension is an important factor that triggers non-communicable diseases such as heart disease. Hamlet I Sidodadi Village receives a monthly report from the local health service's health research that hypertension is the biggest disease problem. This extension education began with a location survey in Sidodadi Village, Sibiru-Biru District, Deli Serdang Regency, so that data was obtained on 232 KK. And the results of educational outreach activities through discussions and questions and answers of ongoing outreach activities, it was found that 57 residents or 95% experienced an increase in hypertension and how to prevent hypertension. It was obtained from the results of the counseling that the occurrence of hypertension was caused by 3 main factors, namely that the dominant residents of Sidodadi Village, Sibiru-Biru District had a smoking habit, there were still many residents who consumed excessive salt, and the dominant age of the residents was over 40 years, classified as susceptible to hypertension.

Keywords: health education, hypertension

Abstrak

Hipertensi merupakan tekanan darah tinggi dengan durasi yang cukup lama dengan tekanan darah melebihi $\geq 140/90$ mmHg, pada umumnya tekanan darah normal di angka 120/80 mmHg. Gejala yang muncul pada hipertensi yaitu sakit kepala, mual, kelelahan, muntah, sesak nafas, gelisah, pandangan kabur yang terjadi karena adanya kerusakan pada otak, mata, jantung dan ginjal. Banyak masyarakat belum memahami keseluruhan tentang gejala hipertensi tersebut. Dengan target organ di otak yang berupa stroke, hipertensi menjadi penyebab utama stroke yang membawa angka kematian yang tinggi. Hipertensi merupakan salah satu faktor penting sebagai pemicu Penyakit Tidak Menular seperti penyakit jantung. Dusun I Desa Sidodadi mendapatkan laporan bulanan dari riset kesehatan pelayanan kesehatan setempat bahwa hipertensi menjadi masalah penyakit terbesar. Edukasi penyuluhan ini diawali dengan survey lokasi ke Desa Sidodadi Kecamatan Sibiru-Biru Kabupaten Deli Serdang, sehingga diperoleh data 232 KK. Dan hasil kegiatan penyuluhan edukasi melalui diskusi dan tanya jawab kegiatan penyuluhan berlangsung, diperoleh 57 warga atau 95 % mengalami peningkatan tentang penyakit hipertensi dan cara mencegah terjadinya hipertensi. Diperoleh hasil penyuluhan bahwa terjadinya hipertensi diperoleh oleh 3 faktor utama yaitu dominannya warga Desa Sidodadi Kecamatan Sibiru-Biru memiliki kebiasaan merokok, masih banyak warga yang mengonsumsi garam secara berlebihan, dan usia warga secara dominan di atas 40 tahun, tergolong rentan mengalami hipertensi.

Kata Kunci: edukasi kesehatan, hipertensi

1. PENDAHULUAN

Tekanan darah tinggi yaitu gangguan pada sistem tubuh pembuluh darah yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg. Hipertensi merupakan tekanan darah tinggi dengan durasi yang cukup lama dengan tekanan darah melebihi $\geq 140/90$ mmHg, pada umumnya tekanan darah normal di angka 120/80 mmHg. Gejala yang muncul pada hipertensi yaitu sakit kepala, mual, kelelahan, muntah, sesak nafas, gelisah, pandangan kabur yang terjadi karena adanya kerusakan pada otak, mata, jantung dan ginjal. Banyak masyarakat belum memahami keseluruhan tentang gejala hipertensi tersebut. Hipertensi menunjukkan keadaan peningkatan tekanan darah dengan gejala yang akan berlanjut ke suatu organ target seperti stroke pada otak, penyakit jantung koroner pada pembuluh darah jantung, dan hipertrofi ventrikel kanan/left ventricle hypertrophy pada otot jantung. Berdasarkan penyebab hipertensi dibedakan menjadi 2 kelompok yaitu hipertensi essensial atau hipertensi primer yang tidak diketahui penyebabnya (90%), dan hipertensi sekunder yaitu penyebab nya dapat ditentukan (10%) antara lain kelainan pembuluh darah ginjal, gangguan kelenjar tiroid (hipertiroid), penyaakit kelenjar adrenal. Hipertensi merupakan salah satu faktor penting sebagai pemicu Penyakit Tidak Menular (*Non Communicable Disease = NCD*) seperti penyakit jantung. Stroke dan dari dua penyakit pertiganya terdapat di negara berkembang yang mengalami penyebab kematian di seluruh dunia meninggal setiap tahun dan diperkirakan 1 miliar penduduk di dunia yang menderita hipertensi.

Desa Sidodadi merupakan desa yang terletak di Kecamatan Sibiru-Biru Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara dengan luas wilayah + 141 Ha yang berkembang sebagai pemukiman. Desa Sidodadi terdiri dari 4 Dusun yaitu Dusun I (Madyo) seluas + 30 Ha, Dusun II (Mulya) seluas + 31 Ha, Dusun III (Buntu) seluas + 25 Ha dan Dusun IV (Rahayu) seluas + 55 Ha. Mayoritas mata pencaharian penduduk adalah petani, PNS, pedagang, peternak, angkatan udara, laut dan darat, pensiunan PNS/POLRI/TNI, pengusaha kecil dan menengah, guru atau dosen swasta, arsitektur, tukang, karyawan perusahaan swasta, IRT, buruh harian lepas, wiraswasta, dan buruh. Dusun I sebagai lokasi penyuluhan mendapatkan laporan bulanan dari riset kesehatan pelayanan kesehatan setempat bahwa hipertensi menjadi masalah penyakit terbesar di wilayah dusun I. Melalui kegiatan penyuluhan ini ditujukan untuk promosi edukasi hipertensi untuk menemukan faktor penyebabnya dan pencegahan bagi warga dusun I Desa Sidodadi Kecamatan Sibiru-Biru Kabupaten Deli Serdang.

2. METODE

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan edukasi penyuluhan kesehatan yang diadakan 3 kali pertemuan. Penyuluhann pertama berlangsung selama 2 jam (pukul 09.00 – 11.00 WIB) di Balai Desa Sidodadi Kecamatan Sibiru-Biru Kabupaten Deli Serdang tanggal 07 Agustus 2023, penyuluhan kedua diadakan pada tanggal 09 Agustus 2023 dengan waktu yang sama sebelumnya, dan penyuluhan ketiga diadakan pada tanggal 11 Agustus 2023 dengan waktu yang sama yaitu pukul 09.00 – 11.00 WIB. Penyuluhan diikuti oleh warga masyarakat Desa Sidodadi Kecamatan Sibiru-Biru berjumlah 60 orang yang terdiri dari 5 warga berusia 25 – 44 tahun, 52 warga berusia 45 – 59 tahun dan 3 warga memiliki usia lansia yaitu diatas 60 tahun. Warga diajak untuk berdiskusi mengenai pola makanan gizi seimbang, melakukan aktivitas teratur, menghindari minuman alkohol, mengurangi konsumsi garam, mempertahankan berat badan ideal, tidak merokok dan menghisap asap rokok. Adapun tahapan dari pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat terdiri dari:

1. Pembuatan dan pengajuan proposal kepada Kepala Desa Sidodadi Kecamatan Sibiru-Biru Kabupaten Deli Serdang

2. Merangkai susunan acara dan materi yang akan di tampilkan pada saat penyuluhan yakni tentang faktor penyebab hipertensi
3. Mengundang peserta yang diundang hadir ke acara penyuluhan melalui data warga yang tinggal menetap di desa Candirejo yaitu sejumlah 232 Kepala Keluarga dan yang hadir sejumlah 60 warga.
4. Proses
 - a) Peserta akan diminta untuk mengisi formulir data peserta penyuluhan.
 - b) Dilakukan pengecekan kesehatan cek tekanan darah, kolesterol, dan gula darah pada peserta penyuluhan.
 - c) Penyampaian materi tentang hipertensi, tanda dan gejala, penyebab terjadi hipertensi, cara mencegah terjadinya hipertensi dan efek lebih lanjut dari hipertensi. Penyampaian materi disampaikan oleh kelompok penyaji yaitu satu dokter umum dan satu dokter spesialis penyakit dalam.
 - d) Dilakukan pemberitahuan hasil cek kesehatan para peserta penyuluhan.
 - e) Selanjutnya dilakukan sesi diskusi dan tanya jawab oleh peserta penyuluhan yang sudah mendapatkan hasil cek kesehatan dengan narasumber atau penyaji.

6. Evaluasi Kegiatan

Langkah selanjutnya selesai dilakukannya penyuluhan maka peserta diberikan formulir yang berisi pertanyaan tentang materi-materi hipertensi untuk mengukur pemahaman para peserta penyuluhan.

3. HASIL

Hasil yang diperoleh dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat merupakan:

- 1) Informasi edukasi hipertensi tersampaikan kepada warga Desa Sidodadi Kecamatan Sibiru-Biru, dikarenakan diperoleh angka yang cukup tinggi pasien hipertensi yang terjadi di wilayah tersebut.
- 2) Memberi berita edukasi pada warga Desa Sidodadi Kecamatan Sibiru-Biru untuk menjaga kesehatan tubuh untuk mencegah terjadinya hipertensi.

Edukasi penyuluhan ini diawali dengan survey lokasi ke Desa Sidodadi Kecamatan Sibiru-Biru Kabupaten Deli Serdang, sehingga diperoleh data 232 KK. Selanjutnya pelaksanaan penyuluhan kesehatan dengan memberikan penyuluhan Edukasi Faktor Penyebab Hipertensi. Berdasarkan data dari diskusi dan tanya jawab kegiatan penyuluhan berlangsung, diperoleh 57 warga mengalami peningkatan tentang penyakit hipertensi dan cara mencegah terjadinya hipertensi. Proses berlangsung kegiatan penyuluhan ini yaitu penerjemah memberikan informasi dan edukasi kepada peserta dengan bahasa yang jelas dan mudah dipahami peserta edukasi penyuluhan dengan menggunakan leaflet dan booklet gambar dan penjelasan singkat yang bisa dipahami peserta. Selanjutnya sesi tanya jawab antara pembawa materi dengan peserta edukasi penyuluhan Setelah melaksanakan hasil diskusi, tanya jawab dan pertanyaan, diperoleh 57 warga dari 60 peserta penyuluhan atau 95% mengalami peningkatan pemahaman hipertensi, mulai dari pemahaman menyeluruh gejala hipertensi, cara mencegah hipertensi, dan efek lanjutan dari penderita hipertensi. Dari hasil observasi dan diskusi dari tim pengabdian kepada masyarakat, untuk warga Desa Sidodadi Kecamatan Sibiru-Biru, terjadi nya hipertensi diperoleh oleh 3 faktor utama yaitu :

1. Dominannya warga Desa Sidodadi Kecamatan Sibiru-Biru memiliki kebiasaan merokok.
2. Masih banyak warga yang mengonsumsi garam secara berlebihan.
3. Usia warga secara dominan di atas 40 tahun, tergolong rentan mengalami hipertensi.

DOKUMENTASI KEGIATAN PENYULUHAN



4. KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan penyuluhan tentang Edukasi Faktor Penyebab Hipertensi Dusun I Desa Sidodadi, dari 60 peserta penyuluhan diperoleh 57 warga atau 95 % mengalami peningkatan pemahaman hipertensi, mulai dari pemahaman menyeluruh gejala hipertensi, cara mencegah hipertensi, dan efek lanjutan dari penderita hipertensi serta diperoleh informasi tiga faktor utama terjadinya hipertensi di wilayah tersebut yaitu dominan warga memiliki kebiasaan merokok, masih banyak warga mengonsumsi garam secara berlebihan dan faktor usia yang rentan mengalami hipertensi. Hal ini memberikan pengaruh yang besar bagi warga Dusun I Desa Sidodadi untuk menjaga derajat atau angka kesehatan masyarakat di wilayah dusun.

DAFTAR PUSTAKA

Bustan. 2018. *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta : PT Rineka Cipta

Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia, Gerakan Kesehatan Masyarakat, 2020.

Maulidiiana, Fatharani, dkk. 2019 *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur Bekasi Tahun 2018*. Arkesmas, Volume 4, Nomor 1, Juni 2019

Riamah. 2019. *Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Hipertensi Pada Lansia Di UPT PSTW Khusnul Khotimah*. Menaara Ilmu

Riset Kesehatan Dasar 2020. Badan Penelitian dan Pengembangan Depkes RI. Jakarta. Desmukh, P.R et al. (2006).