

EDUKASI PENCEGAHAN HIPERTENSI PADAMASYARAKAT DI DESA SEI GLUGUR KECAMATAN PANCUR BATU KABUPATEN DELI SERDANG

**Taruli Rohana Sinaga¹⁾, Ivan Elisabeth Purba²⁾, Erwin Silitonga³⁾,
Winda Ningsih Sitompul⁴⁾, Bunna Rajagukguk⁵⁾, Rafael Pangaribuan⁶⁾**

¹⁾ Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia

²⁾ Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Sari Mutiara Indonesia

³⁾ Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia

^{4,5,6)} Mahasiswa Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia
taruli71@yahoo.co.id

Abstract

Hypertension is a disease that is classified as very dangerous so it often gets the nickname as The Silent Killer. Hypertension is a condition where the systolic blood pressure in a person's body is more than or equal to 140 mmHg and or diastolic blood pressure is more than or equal to 90 mmHg. High blood pressure is a health problem that needs to be a concern for every individual, because it can attack anyone without visible symptoms. This community service activity aims to increase public understanding of efforts to prevent and control hypertension.

Keywords: Education, Prevention, Hypertension.

Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit yang tergolong sangat berbahaya sehingga sering mendapat julukan sebagai The Silent Killer. Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik pada tubuh seseorang lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg. Tekanan darah tinggi merupakan masalah kesehatan yang perlu menjadi perhatian setiap individu, karena dapat menyerang siapa saja tanpa gejala yang tampak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi.

Keywords: Edukasi, Pencegahan, Hipertensi.

PENDAHULUAN

Istilah “*The Silent Killer*” merupakan istilah yang berkaitan dengan bahaya hipertensi sebagai tekanan darah tinggi karena kerab tidak disadari. Kondisi ini merupakan gangguan pada sistem pembuluh darah yang menyebabkan aliran darah yang membawa oksigen dan nutrisi ke jaringan tubuh menjadi tidak optimal.

Kejadian hipertensi cenderung meningkat seiring bertambahnya usia (Elvira, M,dkk,2024).

Hipertensi merupakan kondisi medis yang ditandai dengan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Masalah kesehatan ini memiliki prevalensi yang cukup tinggi secara global. Diperkirakan sekitar 22% dari populasi dunia mengalami hipertensi.

Sekitar dua per tiga kasus hipertensi isi berasal dari negara-negara berpendapatan menengah ke bawah. Khususnya Indonesia, data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi mencapai 34,1%. Di Provinsi Sumatera Barat, angka kejadian hipertensi pada tahun yang sama tercatat sebesar 25,1% di Kota Padang dan 23,4% di Kota Pariaman (Kementerian Kesehatan RI, 2021; 2024).

Hipertensi termasuk dalam kategori penyakit kronis dan degeneratif yang menjadi tantangan utama dalam bidang kesehatan masyarakat di Indonesia. Kondisi ini berperan sebagai faktor risiko awal bagi berbagai penyakit degeneratif lainnya, seperti penyakit jantung koroner, stroke, serta gangguan pada pembuluh darah, yang secara signifikan berdampak pada meningkatnya biaya perawatan kesehatan dan angka kematian.

Meningat hal tersebut, maka perlu adanya suatu panduan/pedoman dalam memberikan edukasi atau penyuluhan terkait dengan pengendalian hipertensi kepada masyarakat seperti upaya promosi pencegahan faktor risiko, deteksi dini, serta pengelolaan hipertensi anak dan dewasa di fasilitas kesehatan tingkat pertama, dalam upaya menurunkan morbiditas, mortalitas dan disabilitas akibat hipertensi.

Upaya pengendalian hipertensi memegang peranan penting dalam penanggulangan penyakit tidak menular. Keberhasilan program ini bergantung pada tersedianya kebijakan, strategi yang efektif, serta komitmen di tingkat nasional, termasuk sinergi dengan berbagai pemangku kepentingan dan dukungan sumber daya yang mencukupi serta langkah-langkah pengendalian hipertensi terus diperkuat agar angka morbiditas dan mortalitas

akibat kondisi ini dapat ditekan secara signifikan (Kemenkes RI, 2024).

METODE

Waktu dan Tempat Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Kamis, tanggal 30 April 2025, mulai pukul 10.30 hingga 11.30 WIB. Lokasi pelaksanaannya berada di Dusun I, Desa Sei Glugur, Kecamatan Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang.

Metode Pelaksanaan

Rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terbagi ke dalam beberapa tahap, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan atau interaksi langsung, serta tahap evaluasi. Adapun rincian dari kegiatan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Tahap awal kegiatan ini adalah menyampaikan undangan dan melakukan koordinasi pihak Kepala Desa Sei Glugur dan Kepala Dusun 1, melakukan perekrutan mahasiswa dan membagi tim sebagai anggota Pengabdian kepada Masyarakat pada kegiatan Edukasi Pencegahan Hipertensi pada masyarakat Dusun 1 Desa Sei Glugur.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan ini, tim Pengabdian kepada Masyarakat membagi kegiatan dimana mahasiswa membantu kepala dusun dan masyarakat Dusun 1 serta dosen memberikan edukasi melalui metode penyuluhan menggunakan audio visual power point. Kegiatan ini berlangsung selama satu hari, dengan jumlah masyarakat yang datang sebanyak 50.

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi terhadap kegiatan

penyuluhan menunjukkan bahwa tim Pengabdian kepada Masyarakat telah menjalankan tugasnya dengan baik, termasuk dalam pelaksanaan sesi pembukaan. Kegiatan ini dilangsungkan sesuai dengan waktu yang telah direncanakan, yakni pada hari Kamis, 30 April 2025, pukul 10.30 hingga 11.30 WIB. Dari hasil pengamatan di awal dan akhir sesi materi, terlihat bahwa sebagian peserta dari masyarakat yang hadir menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai langkah-langkah pencegahan hipertensi.



Dokumentasi Pelaksanaan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap Persiapan

Awal kegiatan Pengabdian Masyarakat ini adalah melakukan kontrak kepada peserta penyuluhan yaitu masyarakat di Dusun 1 Desa Sei Glugur Kecamatan Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang. Persiapan lainnya adalah penyiapan alat dan media yang dibutuhkan dalam kegiatan penyuluhan yaitu: Laptop, LCD, Layar Proyektor, Sound System dan Microfon.

Tahap Pelaksanaan

Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Dusun 1 Desa Sei Glugur Kecamatan Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang pada tanggal 30 April 2025. Tim Pengabdian kepada Masyarakat membagi kegiatan dimana mahasiswa membantu kepala dusun dan masyarakat Dusun 1 (satu) serta dosen memberikan edukasi melalui metode penyuluhan menggunakan audio visual power point. Kegiatan ini berlangsung selama satu hari, dengan jumlah masyarakat yang datang sebanyak 50. Melalui kegiatan ini diharapkan masyarakat dapat memahami upaya pencegahan kejadian hipertensi. Berikut ini ditampilkan data distribusi penduduk Dusun 1 (satu) Desa Sei Glugur menurut sebaran penderita hipertensi pada Tabel 1 berikut ini:

Tabel 1. Distribusi Penduduk Menurut Kejadian Hipertensi di Dusun 1 Desa Sei Glugur

| Indikator | Frekuensi | Persen |
|---------------------------------------|------------|--------------|
| Anggota keluarga menderita hipertensi | 15 | 15,0 |
| Ya | 85 | 85,0 |
| Tidak | | |
| Total | 100 | 100,0 |

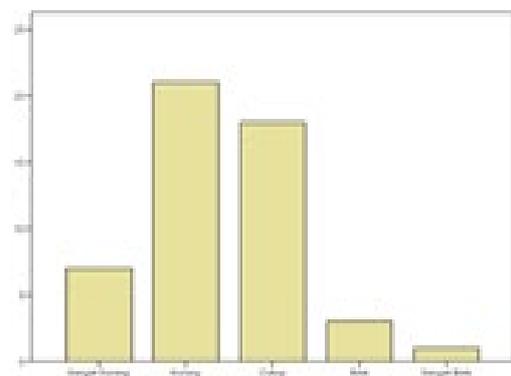
| | | |
|----------------------------------------------------------------|-----------|--------------|
| Penderita minum obat secara teratur Ya Tidak | 6 | 40,0 |
| | 9 | 60,0 |
| Total | 15 | 100,0 |
| Pengukuran tekanan darah secara rutin Ya Tidak | 8 | 53,3 |
| | 7 | 46,7 |
| Total | 15 | 100,0 |
| Sejak kapan menderita hipertensi 1 tahun >1 tahun | 2 | 13,3 |
| | 13 | 86,7 |
| Total | 15 | 100,0 |
| Riwayat hipertensi anggota keluarga Ya Tidak | 5 | 33,3 |
| | 10 | |
| Total | 15 | 100,0 |

Hasil kegiatan edukasi kesehatan tentang upaya pencegahan hipertensi pada masyarakat Dusun 1 (satu) Desa Sei Glugur berjalan dengan baik dan lancar dan tahap demi tahap kegiatan berjalan sesuai dengan jadwal perencanaan yang telah dirancang sebelumnya. Melalui edukasi pencegahan kejadian hipertensi mulai dari faktor risiko hipertensi, gejala munculnya kekambuhan yang dilaksanakan metode penyuluhan dengan media audio visual diharapkan akan ada perubahan pengetahuan masyarakat ke arah yang lebih baik terkait pencegahan hipertensi.

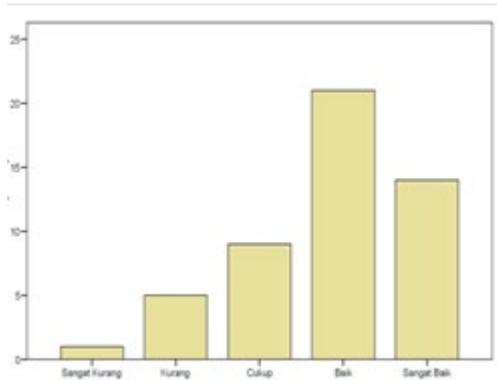
Kegiatan PkM dilaksanakan melalui penyuluhan tentang pencegahan hipertensi di Dusun 1, setelah berkordinasi terlebih dahulu dengan kepala dusun 1 terkait kegiatan PKM dengan topik untuk memberikan edukasi kepada masyarakat tentang hipertensi. Sebelum penyuluhan

dilaksanakan terlebih dahulu dibagikan kuesioner yang berisi pertanyaan tentang pemahaman masyarakat terkait kejadian hipertensi. Setelah kuesioner selesai di isi maka selanjutnya tim PKM melakukan penyuluhan mengenai hipertensi, gejala, faktor risiko, pencegahan, dan upaya penanganan hipertensi. Sebelum berakhir kegiatan penyuluhan dilaksanakan juga sesi diskusi dengan masyarakat yang hadir. Mayoritas masyarakat antusias dalam mengajukan pertanyaan terkait kejadian hipertensi. Tahap berikutnya adalah pembagian Kembali kuesioner yang sama setelah selesai penyuluhan selesai dilaksanakan. Hal ini dilakukan untuk melihat apakah ada perubahan atau peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi baik pemahaman tentang faktor risiko, gejala, serta upaya pencegahan dan penanganannya.

Hasil dari evaluasi ketercapaian pelaksanaan edukasi kesehatan terkait hipertensi sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan diperoleh perubahan pengetahuan yang cenderung naik proporsinya dari pengetahuan yang kurang (20%) meningkat menjadi pengetahuan yang sangat baik (80%). Secara detail ditampilkan pada Gambar 1 dan Gambar 2 berikut ini:



Gambar 1: Pemahaman Masyarakat Terkait Hipertensi Sebelum Penyuluhan



Gambar 2:
Pemahaman Masyarakat Terkait Hipertensi
Sesudah Penyuluhan

KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah dilakukan edukasi kesehatan tentang hipertensi terdapat perubahan pengetahuan masyarakat. Pengetahuan masyarakat 80% lebih baik dibanding sebelum dilaksanakan penyuluhan.

Diharapkan pada kegiatan PKM selanjutnya agar rutin dilaksanakan. Hal ini disarankan agar kegiatan penyuluhan tentang hipertensi berdampak kepada masyarakat terlebih perubahan pengetahuan masyarakat tentang faktor risiko hipertensi, gejala, upaya pencegahan dan penanganan hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Kemkes RI, (2024). Pedoman Pengendalian Hipertensi di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama, Dirjen P2P Kemenkes RI Jakarta.
- Indonesian Society of Hypertension Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia, (2023). Panduan Promotif & Preventif Hipertensi. Jakarta.
- Notoatmodjo, S. (2007). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Elvira1M, dkk, (2024). Pencegahan

Dan Pengendalian Hipertensi Melalui Penguatan Peran Kader Dan Senam Hipertensi. GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, Volume 4, Nomor 1 Tahun 2024, pp. 8-14.

<https://kms.kemkes.go.id/contents/1721895661842->

[PD05HIPERTENSI.pdf](https://kms.kemkes.go.id/contents/1721895661842-PD05HIPERTENSI.pdf),

diunduh pada tanggal 25 April 2025

<https://upk.kemkes.go.id/new/mengenal-penyakit-hipertensi>,

diunduh pada tanggal 25 April 2025.