

## PENYULUHAN MENGENAI HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT BINTANG AMIN

Rina Kriswiastiny<sup>1,2</sup>, Toni Prasetya<sup>3,4</sup>, Hari Prapto<sup>5</sup>, Trismi Istiana<sup>6</sup>, Lutfi<sup>7</sup>, Faridatul<sup>8</sup>, Nur Maulida<sup>9</sup>, Delvira<sup>10</sup>, Gilang<sup>11</sup>, Gustav<sup>12</sup>, Kevin<sup>13</sup>, Wega<sup>14</sup>, Zeni<sup>15</sup>, Nuraini<sup>16</sup>, Paquita<sup>17</sup>, Puji<sup>18</sup>, Christina<sup>19</sup>, Cipta<sup>20</sup>, Citra<sup>21</sup>, Teguh<sup>21</sup>, Tenry<sup>23</sup>, Fitria<sup>24</sup>

<sup>1,3</sup>Departemen Ilmu Penyakit Dalam Rumah Sakit Bintang Amin Bandar Lampung

<sup>2,4</sup>Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

<sup>5-24</sup>Program Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

\*) Email Korespondensi : Paquitabalqis2998@gmail.com

### Abstract

*Hypertension is an increase in systolic blood pressure greater than 140 mmHg and/or diastolic greater than 90 mmHg on two measurements with an interval of 5 minutes in a state of sufficient rest (quiet). Hypertension is defined by the Joint National Committee on Detection, Evaluation and Treatment of High Blood Pressure as a pressure higher than 140/90 mmHg (Andrea, 2013). The prevalence of hypertension in Indonesia is 34.11% and in Lampung Province is 29.94% (Riskesmas, 2018). Management of hypertension is carried out as an effort to reduce the risk of rising blood pressure and its treatment. In the management of hypertension, efforts are made in the form of non-pharmacological efforts (modifying lifestyle through health education) and pharmacological (drugs). Some healthy lifestyles recommended by many guidelines (guidelines) are weight loss, reducing salt intake, exercising regularly, reducing alcohol consumption and stopping smoking (Damayantie, et al, 2018).*

**Keywords:** Education, Hypertension.

### Abstrak

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). Hipertensi didefinisikan oleh Joint National Committee on Detection, Evaluation and Treatment of High Blood Pressure sebagai tekanan yang lebih tinggi dari 140 / 90 mmHg (Andrea, 2013). Adapun prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,11% dan Provinsi Lampung sebesar 29,94% (Riskesmas, 2018). 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 merokok (Damayantie, dkk, 2018).

**Kata kunci:** Edukasi, Hipertensi.

### 1. PENDAHULUAN

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). Hipertensi didefinisikan oleh Joint National Committee on Detection, Evaluation and Treatment of High Blood Pressure sebagai tekanan yang lebih tinggi dari 140 / 90 mmHg (Andrea, 2013).

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. 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 hipertensi (Muhadi, 2018).

Ditemukan 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. Kategori penyakit sistem pembuluh darah meliputi penyakit hipertensi, angina pektoris, infark miokard akut, penyakit jantung iskemik lainnya, emboli paru, penyakit gagal jantung, infark serebral, stroke, penyakit pembuluh darah lain non infeksi, hemoroid, hipotensi spesifik, dan penyakit serebrovaskular tidak spesifik (Adhania, 2018).

Adapun prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,11% dan Provinsi Lampung sebesar 29,94% (Riskesmas, 2018). 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 merokok (Damayantie, dkk, 2018).

Menurut The Seventh Report of The Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure (JNC VII), klasifikasi hipertensi pada orang dewasa dapat dibagi menjadi kelompok normal, prehipertensi, hipertensi derajat I dan derajat II. (Tabel 1.)

**Tabel 1. Klasifikasi tekanan darah menurut JNC VII**

<b>Klasifikasi Tekanan Darah</b>	<b>Tekanan Darah Sistolik (mmHg)</b>	<b>Tekanan Darah Diastolik (mmHg)</b>
Normal	<120	<80
Prehipertensi	120-139	80-89
Hipertensi derajat I	140-159	90-99

**Tabel 2. Klasifikasi tekanan darah menurut WHO/ISH**

<b>Klasifikasi Tekanan Darah</b>	<b>Tekanan Darah Sistolik (mmHg)</b>	<b>Tekanan Darah Diastolik (mmHg)</b>
Hipertensi berat	>180	>110
Hipertensi sedang	160-179	100-109
Hipertensi ringan	140-159	90-99
Hipertensi perbatasan	120-149	90-94
Hipertensi sistolik perbatasan	120-149	<90

Diagnosis hipertensi dengan pemeriksaan fisik paling akurat menggunakan sphygmomanometer air raksa. Sebaiknya dilakukan lebih dari satu kali pengukuran dalam posisi duduk dengan siku lengan menekuk di atas meja dengan posisi telapak tangan menghadap ke atas dan posisi lengan sebaiknya setinggi jantung. Pengukuran dilakukan dalam keadaan tenang. Pasien diharapkan tidak mengonsumsi makanan dan minuman yang dapat mempengaruhi tekanan darah misalnya kopi, soda, makanan tinggi kolesterol, alkohol dan sebagainya.

Hipertensi yang terjadi dalam kurun waktu yang lama akan berbahaya sehingga menimbulkan komplikasi. Komplikasi tersebut dapat menyerang berbagai target organ tubuh yaitu otak, mata, jantung, pembuluh darah arteri, serta ginjal. Sebagai dampak terjadinya komplikasi hipertensi, kualitas hidup penderita menjadi rendah dan kemungkinan terburuknya adalah terjadinya kematian pada penderita akibat komplikasi hipertensi yang dimilikinya. Hipertensi dapat menimbulkan kerusakan organ tubuh, baik secara langsung maupun tidak langsung. Beberapa penelitian menemukan bahwa penyebab kerusakan organ-organ tersebut dapat melalui akibat

langsung dari kenaikan tekanan darah pada organ, atau karena efek tidak langsung, antara lain adanya autoantibodi terhadap reseptor angiotensin II, stress oksidatif, down regulation, dan lain-lain. Penelitian lain juga membuktikan bahwa diet tinggi garam dan sensitivitas terhadap garam berperan besar dalam timbulnya kerusakan organ target, misalnya kerusakan pembuluh darah akibat meningkatnya ekspresi transforming growth factor- $\beta$  (TGF- $\beta$ ).

## **2. METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk Penyuluhan Kesehatan dengan materi Hipertensi di RS Pertamina Bintang Amin Bandar Lampung telah terlaksana pada tanggal 05 April 2023 dengan sasaran masyarakat dalam hal ini pasien dan keluarga pasien sebagai bentuk peningkatan pengetahuan melalui penyuluhan kesehatan untuk mengenalkan gejala dan faktor resiko Hipertensi guna mendeteksi dini faktor resiko penyakit dimasyarakat. Adapun tahap kegiatan adalah sebagai berikut: Persiapan Kegiatan Meliputi, Kegiatan survei tempat sasaran pengabdian masyarakat yaitu Rumah Sakit Bintang Amin, Permohonan izin kegiatan pengabdian masyarakat, Pengurusan administrasi (surat-menyurat), Persiapan alat dan bahan materi, Persiapan tempat penyuluhan yaitu ruang poli Rumah Sakit Bintang Amin. Kegiatan Pengabdian Masyarakat Meliputi: Pembukaan dan perkenalan dengan masyarakat (pasien dan keluarga pasien) di RS Pertamina Bintang Amin Bandar Lampung yang menjadi sasaran pada kegiatan penyuluhan: Hipertensi, Presentasi dan penyuluhan materi Hipertensi, Tanya jawab. Kegiatan Penutup Meliputi: Foto bersama, Pembuatan Laporan kegiatan pengabdian masyarakat.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai Hipertensi, dimana pada penyuluhan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran serta kewaspadaan terhadap penyakit tersebut yang ditujukan pada pasien dan keluarga pasien yang berada di RSPBA Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin. Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk peningkatan pengetahuan melalui penyuluhan kesehatan untuk mengenalkan gambaran umum, gejala dan faktor resiko hipertensi guna deteksi dini dan mengurangi angka morbiditas dimasyarakat. Penyuluhan ini berorientasi terhadap perubahan perilaku yang diharapkan yaitu perilaku sehat, sehingga memiliki kemampuan mengenal masalah kesehatan dirinya, keluarga dan kelompok masyarakat pada umumnya. Pengabdian masyarakat ditujukan bagi keluarga pasien yang terdapat di rumah sakit bintang amin.

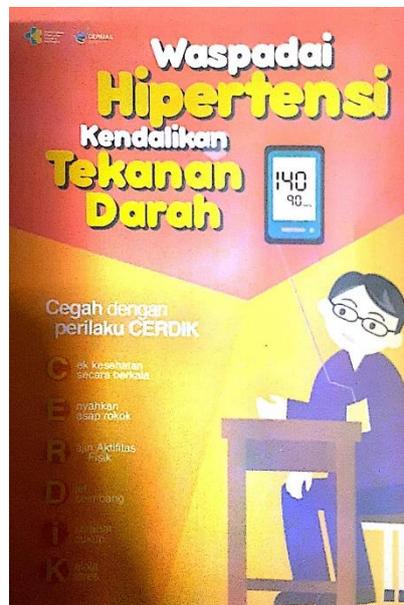
Tahap persiapan dari kegiatan ini yang pertama adalah menentukan sasaran dan tempat untuk dilakukan pengabdian masyarakat. Faktor pemilihan lokasi yang dijadikan pertimbangan adalah faktor lingkungan, potensi wilayah, aspek sosial-ekonomi, dan tingkat pengetahuan terdapat penyakit hipertensi. Tahap persiapan selanjutnya adalah pembuatan materi, tempat dan alat-alat lainnya pada hari pelaksanaan disiapkan oleh anggota kami dengan petugas Rumah Sakit Bintang Amin. Teknis pelaksanaan dilaksanakan 1 kali pertemuan. Kegiatan pertama yaitu pendahuluan dilakukan oleh anggota kelompok dan dokter spesialis penyakit dalam.

Pada pendahuluan ini dijelaskan mengenai gambaran umum penyakit hipertensi dan tujuan pencegahan faktor resiko hipertensi. Tahap kedua akan dilakukan penyuluhan dan diskusi interaktif mengenai gejala dan faktor resiko hipertensi oleh anggota kelompok dan dokter spesialis penyakit dalam.



Gambar 1. Penyampaian Materi Penyuluhan

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan secara offline (tatap muka). Evaluasi kegiatan ini dilakukan setelah intervensi menggunakan tanya jawab yang menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan peserta sosialisasi sebagai sasaran dalam kegiatan penyuluhan ini dalam kategori yang sebelumnya 60% meningkat menjadi 90%. Hasil akhir dari pengabdian ini adalah meningkatnya pengetahuan kepada peserta penyuluhan mengenai gambaran umum, gejala dan faktor resiko penyakit hipertensi.



Gambar 2. Materi Presentasi Penyuluhan

Luaran yang didapat dari kegiatan pengabdian masyarakat ini diantaranya adalah peserta penyuluhan diberikan pendidikan kesehatan (penyuluhan) mengenai gambaran umum, gejala dan faktor resiko penyakit hipertensi. Dari hasil penyuluhan, peserta memahami mengenai isi materi dan di akhir sesi diberikan waktu tanya jawab. Untuk mengevaluasi tingkat pemahaman peserta terhadap isi materi penyuluhan, maka diberikan beberapa pertanyaan terkait isi materi penyuluhan tersebut.

Sedangkan outcome yang didapatkan diantaranya adalah adanya program pengabdian masyarakat yang berupa penyuluhan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang gambaran umum, gejala, dan faktor resiko hipertensi. Selain itu diharapkan semakin meningkatkan kesadaran masyarakat akan sehat, sehingga memiliki kemampuan mengenal masalah kesehatan dirinya, keluarga dan kelompok masyarakat pada umumnya.

Universitas Malahayati khususnya Fakultas Kedokteran semakin dikenal sebagai institusi yang mempunyai kepedulian terhadap permasalahan masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat terkait hipertensi terlaksana dengan baik bahkan para peserta terlihat antusias dan mengharapkan kegiatan dapat berlanjut dengan pemberian materi yang lainnya.

Berdasarkan evaluasi dan monitoring yang telah dilakukan maka rekomendasi yang kami ajukan bagi kegiatan ini adalah :

- a Kegiatan yang sama bisa dilakukan secara kontinu untuk meningkatkan pengetahuan dan kewaspadaan para masyarakat tentang deteksi dini penyakit hipertensi. Kegiatan dapat berupa penyuluhan secara berkelanjutan kepada pasien dan keluarga pasien di RS Pertamina Bintang Amin.
- b Diadakan kerjasama dengan instansi atau organisasi kesehatan yang berkaitan di RS Pertamina Bintang Amin.

#### **4. KESIMPULAN**

Terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat tentang penyakit hipertensi dan komplikasinya serta masyarakat dimotivasi untuk mendapatkan akses pengobatan dan pengetahuan tentang hipertensi. Perlu dilakukan kegiatan seperti ini secara rutin agar masyarakat dapat mengetahui dan mencegah penyakit hipertensi sehingga terwujud masyarakat yang sehat dan berdaya guna.

#### **5. DAFTAR PUSTAKA**

- Andrea GY,2013 Korelasi Derajat Hipertensi dengan Stadium Penyakit Ginjal Kronik di RSUP. Dr. Kariadi Semarang periode 2008-2012.Semarang.
- Damayantie N, Heryani E, Muazir, 2018.Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Penatalaksanaan Hipertensi oleh Penderita di Wilayah Kerja Puskesmas Sekernan Iilir Kabupaten Muaro Jambi Tahun 2018.Jambi.
- Heniwati, Thabrany H.2016.Perbandingan Klaim Penyakit Katastropik Peserta Jaminan Kesehatan Nasional di Provinsi DKI Jakarta dan Nusa Tenggara Timur Tahun 2014.Jakarta
- Adhania CC, Wiwaha G, Fianza PI.2018.Prevalensi Penyakit Tidak Menular pada Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama di Kota Bandung Tahun 2013-2015.Bandung
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.2017. Profil Kesehatan Indonesia.Jakarta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.2018.Laporan Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018.Jakarta.
- Muhadi, 2018.JNC 8:Evidence-based Guidline Penanganan Pasien Hipertensi Dewasa.Jakarta