

PENINGKATAN PENGETAHUAN MASYARAKAT TENTANG PENYAKIT HIPERTENSI
DI DUSUN PANGLANJAN DESA CINTARATU
PANGANDARAN

Udin Rosidin^{1*}, Setiawan², Neti Juniarti³, Dadang Purnama⁴

¹⁻⁴Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Email Korespondensi: udin.rosidin@unpad.ac.id

Disubmit: 26 April 2024

Diterima: 19 Mei 2024

Diterbitkan: 01 Juni 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i6.15022>

ABSTRAK

Penyakit hipertensi saat ini menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang meresahkan penduduk dunia. Kejadian meningkatnya penyakit hipertensi adalah penyebab utama kematian di seluruh dunia. Penyakit hipertensi memiliki kecenderungan terus meningkat khususnya di negara berkembang. Hasil survey yang dilakukan mahasiswa program praktek lapangan komunitas di Dusun Panglanjan Desa Cintaratu Kecamatan Parigi Kabupaten Pangandaran didapatkan hasil bahwa hampir setengahnya lansia mengatakan tidak mengetahui tentang hipertensi, banyak yang memiliki tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg, memiliki riwayat kolesterol yang tinggi dan banyak yang memiliki keluhan utama diantaranya hipertensi. Selain itu didapatkan pula banyak lansia yang tidak datang ke posbindu untuk pemeriksaan kesehatan. Tujuan kegiatan ini diharapkan masyarakat Dusun Panglanjan Desa Cintaratu Pangandaran memiliki pengetahuan dan kemampuan untuk melakukan perilaku pencegahan penyakit hipertensi. Metode kegiatan adalah penyuluhan kesehatan tentang penyakit hipertensi dan pemeriksaan kesehatan sebagai upaya deteksi dini penyakit hipertensi. Hasil kegiatan menunjukkan rata-rata nilai pengetahuan sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan sebesar 53 poin dan rata-rata nilai setelah dilakukan penyuluhan kesehatan sebesar 76 poin. Kesimpulan ada peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan sebesar 23 poin. Sedangkan kegiatan pemeriksaan kesehatan diikuti oleh semua peserta yang hadir yaitu 42 orang. Kegiatan yang sudah dilaksanakan diharapkan dapat dilanjutkan oleh Kepala Puskesmas Selasari bersama Kepala Desa Cintaratu. Sehingga pada akhirnya masyarakat dapat melaksanakan perilaku pencegahan penyakit hipertensi dengan benar secara mandiri.

Kata Kunci: Pengetahuan, Penyuluhan Kesehatan, Penyakit Hipertensi

ABSTRACT

Hypertension is currently a public health problem that is troubling the world's population. The increasing incidence of hypertension is the main cause of death throughout the world. Hypertension has a tendency to continue to increase, especially in developing countries. The results of a survey conducted by students of the community field practice program in Panglanjan Hamlet, Cintaratu Village, Parigi District, Pangandaran Regency, showed that almost half of the elderly said they did not know about hypertension, many had blood pressure of

more than 140/90 mmHg, had a history of high cholesterol and many The main complaint is hypertension. Apart from that, it was also found that many elderly people did not come to Posbindu for health checks. The aim of this activity is that it is hoped that the people of Panglanjan Hamlet, Cintaratu Pangandaran Village, will have the knowledge and ability to carry out behavior to prevent hypertension. The activity method is health education about hypertension and health checks as an effort to detect hypertension early. The results of the activity showed that the average knowledge score before the health education was carried out was 53 points and the average score after the health education was carried out was 76 points. The conclusion was that there was an increase in knowledge after health education was carried out by 23 points. Meanwhile, all 42 participants attended the health examination activity. It is hoped that the activities that have been carried out can be continued by the Head of the Siswari Community Health Center together with the Head of Cintaratu Village. So that in the end the community can implement hypertension prevention behavior correctly independently.

Keywords: Knowledge, Health Education, Hypertension

1. PENDAHULUAN

Pada masa teknologi saat ini, penyakit hipertensi telah menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang semakin meresahkan penduduk diseluruh dunia. Penyakit hipertensi kerap kali tidak terdeteksi, karena tidak bergejala serta tidak ada keluhan yang dialami. Hal ini menyebabkan penyakit hipertensi dijumpai pada tingkat yang lebih lanjut, sehingga sulit untuk dipulihkan dan berakhir dengan kecacatan atau kematian dini (Fuadah and Rahayu 2018). Peningkatan penyakit hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis, yang memperburuk pada peningkatan kejadian penyakit tidak menular (PTM). Kejadian meningkatnya penyakit tidak menular, terutama penyakit hipertensi adalah penyebab utama kematian di seluruh dunia. Menurut (Cahyadi et al. 2024) penyebab kematian tertinggi adalah penyakit jantung dan pembuluh darah, 35% diantaranya karena penyakit hipertensi. Data lain menurut (Adiputra and Permana 2022) mortalitas, atau kematian yang disebabkan oleh penyakit tidak menular terjadi sekitar 63% dari seluruh total kematian. Penyakit hipertensi memiliki kecenderungan terus meningkat, khususnya di negara berkembang. Hal ini sesuai dengan kejadian tingginya angka kematian akibat penyakit hipertensi sebesar 80 persen terjadi di negara yang sedang berkembang (Arifin et al., 2021).

Pada Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 disebutkan bahwa : 1). Prevalensi tekanan darah tinggi meningkat dari 25,8% menjadi 34,1% pada penduduk usia 18 tahun keatas; 2). Prevalensi obesitas meningkat dari 14,8 % menjadi 21,8% pada penduduk usia 18 tahun ke atas; 3). Prevalensi merokok meningkat dari 7,2% menjadi 9,1% penduduk usia ≤ 18 tahun; 4). Prevalensi Stroke pada penduduk umur ≥ 15 tahun meningkat dari 7 menjadi 10,9 per mil; (Eriyani et al, 2020). Apabila mengamati data diatas maka penyakit hipertensi dan faktor resiko terjadinya penyakit hipertensi merupakan kondisi yang harus dicermati dan dipahami oleh seluruh masyarakat. Prevalensi obesitas, perilaku merokok dan faktor resiko lainnya perlu diwaspadai agar tidak menjadi faktor pencetus penyakit hipertensi.

Hasil survey yang dilakukan mahasiswa program praktek lapangan komunitas PSDKU Pangandaran di Dusun Panglanjan Desa Cintaratu

Kecamatan Parigi Kabupaten Pangandaran, didapatkan hasil bahwa hampir setengahnya lansia mengatakan tidak mengetahui tentang hipertensi, banyak yang memiliki tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg, memiliki riwayat kolesterol yang tinggi dan banyak yang memiliki keluhan utama diantaranya hipertensi. Selain itu didapatkan pula informasi dari kader kesehatan di Dusun Panglanjan, yang mengatakan banyak lansia yang tidak datang ke posbindu atau puskesmas terdekat untuk melakukan pemeriksaan kesehatan. Data lain didapatkan bahwa lansia yang menderita penyakit hipertensi, tidak mengonsumsi obat dengan teratur dan tidak mengetahui mengenai program-program rutin yang disediakan di posbindu.

Berbagai upaya peningkatan pengetahuan terus dilaksanakan oleh dinas instansi terkait. Keadaan tersebut memungkinkan tingkat pemahaman dan pengetahuan masyarakat tentang penyakit hipertensi terus meningkat. Tapi kenyataan saat ini, berbagai faktor resiko penyakit hipertensi masih saja banyak terjadi. Faktor-faktor seperti gaya hidup yang tidak sehat, kebiasaan makan yang buruk, kurangnya aktivitas fisik dan stres yang tinggi masih sering terjadi di lingkungan masyarakat (Mayasari et al. 2019). Upaya pendidikan kesehatan yang sudah dilaksanakan, sepertinya belum cukup membangun kemampuan masyarakat dalam melakukan deteksi dini penyakit hipertensi.

Melihat fenomena di Dusun Panglanjan Desa Cintaratu Kecamatan Parigi tersebut, sangat dibutuhkan adanya upaya yang lebih intensif dan tepat sasaran, untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam melakukan deteksi dini terhadap penyakit hipertensi. Hal tersebut dikarenakan masih banyak masyarakat yang tidak menyadari pentingnya perilaku sehat, untuk menghindari faktor resiko penyakit hipertensi. Berdasarkan pertimbangan tersebut sangat perlu dilakukan kegiatan pendidikan kesehatan, sebagai upaya peningkatan pengetahuan masyarakat dalam pencegahan penyakit hipertensi. Menurut (Suhendar et al, 2020) Pendidikan kesehatan adalah upaya peningkatan pengetahuan kesehatan, berupa pemberian penyuluhan dengan tujuan agar peserta memiliki pengetahuan dan kesadaran tentang kesehatan.

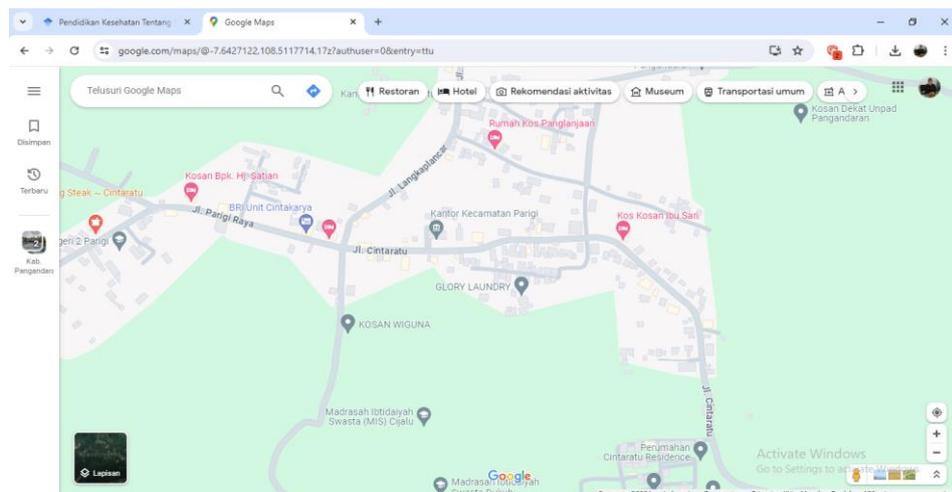
Dengan peningkatan pengetahuan, maka akan muncul adanya keinginan masyarakat untuk melakukan perilaku hidup bersih dan sehat dengan benar, sehingga dapat meningkatkan cakupan masyarakat yang melaksanakan hidup bersih dan sehat, terutama dalam pencegahan penyakit hipertensi (Darmareja et al. 2024). Berdasarkan kesepakatan dengan kepala Desa Cintaratu, kepala Puskesmas Selasari, kader kesehatan dan masyarakat, maka tim pengabdian melakukan kegiatan peningkatan pengetahuan masyarakat tentang upaya pencegahan penyakit hipertensi di Dusun Panglanjan Desa Cintaratu Kecamatan Parigi Kabupaten Pangandaran. Rumusan pertanyaan dari kegiatan ini adalah berapa besar peningkatan pengetahuan masyarakat Dusun Panglanjan Desa Cintaratu Kecamatan Parigi dalam upaya pencegahan penyakit hipertensi.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Permasalahan mitra yang menjadi dasar kegiatan pengabdian ini adalah hasil survey yang dilakukan mahasiswa program praktek lapangan komunitas PSDKU Pangandaran. Hasil survey itu menunjukkan, masalah penyakit tidak menular yang banyak dirasakan oleh masyarakat Dusun Panglanjan yaitu penyakit hipertensi. Data yang mendukung masalah

tersebut diantaranya : 1). 44,8% lansia tidak mengetahui tentang hipertensi; 2). Banyak lansia yang dikaji memiliki tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg; 3). Banyak lansia yang memiliki riwayat kolesterol yang tinggi; 4). Seluruh lansia yang dikaji mengatakan saat ini memiliki keluhan utama hipertensi; 5). Kader kesehatan di Dusun Panglanjan mengatakan, lansia sangat sedikit peminatnya untuk melakukan pemeriksaan kesehatan ke posyandu atau puskesmas; 6). Lansia dengan penyakit hipertensi, mengatakan tidak mengonsumsi obat dengan teratur; 7). Lansia mengatakan bahwa tidak mengetahui program-program rutin yang disediakan di posbindu; 8). Lansia mengonsumsi obat hipertensi sebanyak 51 %.

Apabila kondisi tersebut dibiarkan, maka akan berdampak negatif pada status kesehatan masyarakat, seperti akan meningkat angka kesakitan atau angka kematian. Dari permasalahan mitra tersebut, dapat dilihat bahwa belum semua masyarakat di Dusun Panglanjan Desa Cintaratu melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat. Untuk mengatasi permasalahan tersebut dapat diupayakan peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan hipertensi. Dengan pengetahuan yang baik, maka masyarakat akan dapat melaksanakan perilaku hidup sehat, sebagai upaya pencegahan terhadap penyakit hipertensi. Memperhatikan permasalahan tersebut maka rumusan pertanyaannya adalah seberapa besar peningkatan pengetahuan masyarakat tentang penyakit hipertensi setelah dilakukan kegiatan pengabdian.



Gambar 1. Lokasi Kegiatan

3. KAJIAN PUSTAKA

a. Pengertian Hipertensi

Hipertensi merupakan salah satu kondisi medis kronis paling umum yang ditandai dengan peningkatan tekanan arteri yang terus-menerus. Tekanan darah meliputi tekanan darah sistolik yaitu tekanan darah ketika jantung berkontraksi atau memompa darah dan tekanan darah diastolik, yakni tekanan darah saat jantung relaksasi atau istirahat sebelum memompa darah kembali. Tekanan darah sistolik dan diastolik diukur dalam milimeter merkuri (mmHg). Seseorang dengan tekanan darah sistolik 140 mmHg dan tekanan darah diastolik 80 mmHg ditulis dengan 140/80 mmHg. Hipertensi terjadi saat adanya peningkatan pada tekanan

darah sistolik dan diastolik melebihi batas normal yaitu $\geq 140/90$ mmHg (Yonata and Pratama 2016) dan (Aziz & Aziz, 2015).

b. Interpretasi Nilai Tekanan darah (PERKI, 2022)

Tabel 1. Interpretasi nilai tekanan darah

Klasifikasi	Sistolik	Diastolik
Tekanan Darah Rendah	Di Bawah 90	Di Bawah 60
Normal	90 sampai 120	60 sampai 80
Pra-Hipertensi	120 sampai 140	80 sampai 90
Hipertensi Stadium 1	140 sampai 160	90 sampai 100
Hipertensi Stadium 2	diatas 160	diatas 100

c. Tanda dan Gejala

Pada pemeriksaan fisik tidak ditemukan apapun selain tekanan darah yang tinggi. Gejala yang ditunjukkan biasanya berupa pusing, sakit kepala, sulit tidur, mudah Lelah, mata berkunang-kunang. Sebagian besar gejala timbul setelah mengalami hipertensi bertahun-tahun akibat tingginya tekanan darah di intrakranial (Librianty 2015)

d. Komplikasi

Peningkatan pada tekanan darah yang apabila terjadi dalam jangka lama akan menyebabkan kerusakan pada organ dan berlanjut menjadi komplikasi seperti ; 1) Stroke, diakibatkan karena perdarahan tekanan tinggi di otak dan karena adanya penebalan arteri-arteri yang ada di otak; 2). Gagal jantung, *congestive heart failure* adalah kondisi ketika jantung tidak mampu lagi memompa darah yang dibutuhkan tubuh. Kondisi ini terjadi karena kerusakan otot jantung atau sistem listrik jantung oleh hipertrofi ventrikel kiri yang disebabkan oleh hipertensi dan 3). Kerusakan ginjal, Hipertensi dapat menyebabkan kerusakan progresif pada kapiler-kapiler ginjal dan glomerulus. Ketika glomerulus rusak, protein akan keluar ke urin sehingga tekanan osmotik koloid plasma, yang menyebabkan edema (Triyanto 2014).

e. Penyebab Hipertensi

Penyebab hipertensi menurut (Yanita 2022) adalah; usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, kegemukan (Obesitas), perilaku merokok, kurang aktivitas fisik, diet tinggi lemak, konsumsi garam berlebih, dislipidemia, konsumsi alkohol berlebih, gangguan psikososial dan Stres.

f. Pengelolaan Hipertensi

Pengelolaan hipertensi yang baik menurut (Kurnia 2021) adalah ; Ketahui tekanan darah Anda (tekanan darah normal 120/80 mmHg); Kontrol tekanan darah secara teratur (tekanan darah tinggi sering tanpa gejala dan akan menimbulkan komplikasi); Pastikan persediaan obat di rumah (obat itu penting untuk menjaga tekanan darah); Minum obat

teratur dan sesuai anjuran dokter (ketahui efek samping obat yang diminum); Berhati-hati menggunakan obat bebas.

g. Pencegahan Hipertensi

Pencegahan hipertensi (Lisiswanti and Aulia Dananda, 2016) dapat dilakukan seperti ; cek kesehatan secara rutin, hindari asap rokok dan merokok, rajin aktivitas fisik, diet seimbang, istirahat cukup dan kelola stress.

h. Konsep Pengetahuan

Konsep pengetahuan menurut Notoatmodjo dalam (Samino et al. 2024) adalah hasil “tahu” dan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Pengetahuan dalam domain kognitif terdiri 6 tingkat, yakni ; a). Tahu; b). Memahami; c). Aplikasi; d). Analisis; e). Sintesis dan f). Evaluasi.

Tujuan kegiatan ini diharapkan masyarakat Dusun Panglanjan memiliki pengetahuan yang baik tentang hipertensi dan memiliki kemampuan melaksanakan pencegahan terhadap penyakit hipertensi. sehingga rumusan pertanyaannya adalah seberapa besar peningkatan pengetahuan yang dicapai setelah kegiatan dilaksanakan.

4. METODE

Metode kegiatan dilaksanakan dalam tahapan sebagai berikut; tahap pertama pendekatan sosial. Sebelum kegiatan pengabdian dilaksanakan, tim PPM terlebih dahulu mengadakan pertemuan dengan kepala Puskesmas Selasari dan kepala Desa Cintaratu. Dalam tahap ini dilakukan pula persiapan administrasi dimulai dengan menyusun dan mengajukan surat ijin kegiatan pengabdian pada masyarakat. Surat perijinan terintegrasi dengan kegiatan mahasiswa praktik di wilayah kerja Puskesmas Selasari Kecamatan Parigi Pangandaran. Kemudian pada tahap kedua mahasiswa melakukan survei mawas diri (SMD), untuk mengetahui permasalahan kesehatan yang sedang terjadi. Instrumen yang digunakan dalam survey tersebut berupa format SMD dalam pelaksanaan asuhan keperawatan komunitas. Analisa data yang dipakai berupa analisis univariat. Salah satu hasil survey menunjukkan rendahnya pengetahuan masyarakat Dusun Panglanjan Desa Cintaratu tentang pencegahan penyakit hipertensi. Hasil survey dibahas dalam musyawarah masyarakat Dusun Panglanjan Desa Cintaratu. Peserta musyawarah terdiri dari para tokoh masyarakat, kader kesehatan, Puskesmas Selasari dan para penanggung jawab wilayah, kepala Desa Cintaratu, dosen pelaksana PPM dan mahasiswa Program Praktik Lapangan Keperawatan Komunitas PSDKU Pangandaran. Tahap pelaksanaan berupa pendidikan kesehatan dan pemeriksaan kesehatan pada 42 orang peserta yang hadir dalam kegiatan tersebut. Waktu kegiatan dilaksanakan pada tanggal 6 sd 11 November 2023 yang bertempat di balai pertemuan Desa Cintaratu. Tahap terakhir adalah tahap evaluasi, pada tahap ini dimaksudkan untuk melihat tingkat pengetahuan masyarakat setelah dilaksanakan kegiatan.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di Dusun Panglanjan Desa Cintaratu Kecamatan Parigi Kabupaten Pangandaran pada tanggal 6 sd 11 November 2023. Kegiatan peningkatan pengetahuan masyarakat tentang penyakit hipertensi dapat dilaksanakan dengan baik atas kerjasama dengan kepala Desa Cintaratu dan kepala Puskesmas Selasari. Kegiatan yang dilaksanakan berupa penyuluhan kesehatan kepada masyarakat, tentang penyakit hipertensi dan melaksanakan pemeriksaan kesehatan. Kegiatan Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang penyakit hipertensi di Dusun Panglanjan Desa Cintaratu Kecamatan Parigi diikuti oleh 42 orang lansia. Materi penyuluhan yang diberikan adalah definisi, gejala, penyebab, komplikasi dan penata laksanaan penyakit hipertensi dan berbagai upaya deteksi dini yang bisa dilakukan oleh masyarakat. Sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan terlebih dahulu dilakukan pretest dan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan dilakukan posttest. Rata rata nilai hasil pretest sebesar 53 poin dan rata rata nilai posttest sebesar 76 poin. Ada peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan sebesar 23 poin. Untuk pemeriksaan kesehatan diikuti oleh semua peserta yang hadir yaitu 42 orang. Diharapkan setelah selesai kegiatan ini akan berdampak pada meningkatnya pengetahuan dan kemampuan masyarakat dalam melaksanakan pencegahan penyakit hipertensi. Dampak dari meningkatnya pengetahuan dan kemampuan masyarakat tersebut merupakan potensi yang baik untuk masyarakat dalam menjaga kesehatannya.

b. Pembahasan

Berdasarkan survey yang dilaksanakan pada tanggal 6 November 2023 didapatkan data mengenai tingginya kejadian hipertensi, serta banyaknya faktor resiko penyakit hipertensi di Dusun Panglanjan. Pada saat survey responden mengatakan, sebagian besar memiliki keluhan utama diantaranya hipertensi, pusing, batuk, nyeri lutut, kesemutan, rabun, masalah paru-paru, kolesterol dan masalah pada lambung. Selain itu ada diantaranya yang tidak mengurangi faktor risiko penyakit, seperti masih perilaku pola makan yang tidak sehat. Kader juga mengatakan bahwa tidak semua lansia rutin datang ke posyandu, yang datang hanya orang tertentu saja.

Implementasi untuk mengatasi masalah tersebut adalah penyuluhan kesehatan tentang pencegahan hipertensi dan melakukan pemeriksaan kesehatan pada peserta yang hadir. Hasil kegiatan menunjukkan rata-rata nilai hasil pretest sebesar 53 poin dan rata-rata nilai posttest sebesar 76 poin. Ada peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan sebesar 23 poin. Sedang pemeriksaan kesehatan diikuti oleh Lansia yang hadir berjumlah sebanyak 42 orang. Setelah dilakukan implementasi, lansia mengatakan sangat senang setelah mengikuti kegiatan yang diadakan oleh tim pengabdian. Analisa tim penulis terkait keberhasilan kegiatan ini kemungkinan adanya antusias peserta dalam mengikuti kegiatan penyuluhan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan (Pareira et al, 2018) bahwa adanya peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan salah satunya karena peserta sangat senang dan merasa butuh atas pengetahuan tersebut. Selain itu pemikiran tim penulis tentang keberhasilan kegiatan pengabdian ini, juga

dikarenakan adanya kerjasama secara sinergis antara instansi terkait di Desa Cintaratu, Puskesmas Selasari dan tim pengabdian dari Universitas Padjadajaran. Setiap tahap kegiatan selalu mendapat dukungan dari Kepala Desa Cintaratu dan Kepala Puskesmas Selasari beserta tim yang langsung turun bersama ke masyarakat. Hasil kegiatan ini sesuai dengan penelitian dilaksanakan oleh (Susilawati 2016) bahwa adanya kerja sama semua pihak terkait secara sinergis dalam melakukan setiap tahapan kegiatan, mulai dari tahap persiapan sampai diseminasi merupakan faktor yang sangat penting dalam pencapaian tujuan.

Kegiatan penyuluhan kesehatan dilaksanakan secara langsung sesuai dengan waktu yang direncanakan. Kegiatan dapat terimplementasi sesuai dengan rencana, menurut tim merupakan salah satu faktor bahwa penyuluhan kesehatan ini sangat dibutuhkan oleh masyarakat. Kegiatan dapat berjalan dengan lancar karena adanya kerja sama dan koordinasi yang baik. Kerja sama terjalin karena kami melakukan koordinasi dengan pihak-pihak terkait seperti pihak desa, pihak puskesmas dan kader kesehatan.



Gambar 2. Rapat Tahap Persiapan Kegiatan

Menurut teori L Green (Notoatmodjo 2019) bahwa perilaku kesehatan dapat dipengaruhi oleh faktor predisposisi, faktor pemungkin dan faktor penguat. Salah satu faktor predisposisi adalah pengetahuan, faktor pemungkin seperti adanya sarana dan faktor penguat seperti sikap kepala desa, kader kesehatan dan tokoh masyarakat yang ada sangat mendukung terhadap perilaku tersebut. Dengan pengetahuan yang cukup, sarana dan sikap tokoh masyarakat yang mendukung dimungkinkan masyarakat, akan membentuk perilaku yang mandiri dalam melakukan pencegahan hipertensi. Perilaku yang mandiri tersebut, akan meningkatkan partisipasi aktif dari seluruh masyarakat dalam melakukan kegiatan kesehatan di masyarakat (Halimsetiono 2021).

Dalam pelaksanaan kegiatan, mitra yang terlibat dalam kegiatan pengabdian ini adalah perangkat Desa Cintaratu, ketua RW, kader kesehatan Dusun Panglanjan dan Puskesmas Selasari. Kontribusi mitra pada kegiatan ini, terutama dalam meningkatkan kunjungan masyarakat ke posbindu. Pada saat dilakukan kegiatan pengabdian ini, terdapat peningkatan kunjungan posbindu yang sangat luar biasa. Kunjungan masyarakat ke posbindu awalnya hanya 30 sampai 37 orang yang hadir, tetapi pada saat kegiatan pengabdian ini, yang hadir sampai berjumlah 42 orang. Disisi lain kegiatan ini, mendapat antusias yang baik dari para lansia yang datang ke posyandu. Sehari sebelum kegiatan berlangsungpun kami mengundang para lansia dengan mengirimkan surat undangan ke rumah-rumah lansia di Dusun Panglanjan. Saat kegiatan berlangsung

feedback yang diberikan lansia sangat baik, tidak sedikit lansia yang kurang sehat pun ikut hadir di kegiatan posbindu. Kegiatan posbindu saat pengabdian ini dilaksanakan melibatkan seluruh unsur masyarakat seperti ketua RT, ketua RW, kader kesehatan dan tokoh masyarakat lainnya. Kegiatan yang melibatkan unsur masyarakat secara langsung, akan meningkatkan keterlibatan masyarakat dalam suatu kegiatan (Suherlan et al. 2022).



Gambar 3. Pelaksanaan Pendidikan Kesehatan

Terjadinya peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi, serta pemahaman pentingnya melakukan cek kesehatan, menjadikan bukti bahwa masih terdapat lansia yang belum mengetahui pencegahan hipertensi. Pemberian pendidikan kesehatan ini telah berhasil, memberikan tambahan pengetahuan kepada lansia mengenai hipertensi, serta menambah kesadaran untuk lebih sering memeriksakan kesehatannya ke pusat layanan kesehatan. Kegiatan ini sesuai dengan kegiatan pengabdian sebelumnya yang menunjukkan bahwa ada peningkatan rata-rata nilai pengetahuan sebelum dan sesudah dilaksanakan penyuluhan kesehatan (Rosidin, Sumarni, and Suhendar 2021).

Pengetahuan terkait hipertensi, merupakan dasar bagi lansia untuk dapat melaksanakan pencegahan penyakit dan mengontrol kesehatan lansia. Lansia menyadari bahwa deteksi dini adalah hal yang penting untuk mencegah hipertensi. Dengan penyuluhan kesehatan ini para lansia mengetahui tanda dan gejala yang perlu diwaspadai seperti sakit kepala, gelisah, jantung berdebar, pusing, penglihatan kabur dan mudah lelah. Peserta yang hadir mengetahui bahwa pola makannya yang salah merupakan penyebab hipertensi. Kesalahan Pola makannya tersebut diantaranya adalah asupan makan tinggi lemak, asupan makanan tinggi natrium, kurangnya makan-makanan yang mengandung kalium, makanan gorengan, dan minuman yang mengandung kafein. Menurut penulis peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi, dimungkinkan akan merubah pola makan yang selama ini salah dilakukan, dan akan membentuk perilaku pencegahan penyakit dengan baik. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fatimah et al, 2018) pengetahuan merupakan faktor yang potensial untuk membentuk sebuah perilaku kesehatan.

Pengetahuan lansia setelah selesai kegiatan pengabdian ini, sudah cukup memahami tentang pentingnya deteksi dini untuk pencegahan hipertensi. Mereka termotivasi untuk melakukan pengecekan kesehatan di posbindu setiap bulannya. Kader kesehatan akan selalu berkolaborasi

dengan bidan desa dan pihak puskesmas, untuk melaksanakan pelayanan pemeriksaan kesehatan pada lansia secara rutin. Lansia yang ada di Dusun Panglanjan Desa Cintaratu diharapkan untuk selalu tetap memperhatikan kesehatannya dan selalu memastikan kondisi kesehatannya tetap sehat.



Gambar 4. Pelaksanaan Pemeriksaan Kesehatan

Program yang sudah berlangsung ini akan di tindaklanjuti oleh Puskesmas Selasari sebagai penanggungjawab wilayah. Puskesmas memiliki program-program terkait pengendalian penyakit tidak menular, terutama pada penyakit hipertensi yang masih banyak terjadi di masyarakat. Puskesmas Selasari selanjutnya dapat melaksanakan *Follow up*, untuk pembinaan pada lansia yang sudah memiliki riwayat hipertensi atau untuk pencegahan penyakit hipertensi. Masyarakat yang sudah menderita penyakit hipertensi, diharapkan selalu menerapkan pengetahuannya untuk melakukan perawatan hipertensi di rumahnya, dan dapat menerapkan pola hidup yang tepat. Untuk lansia yang berisiko riwayat hipertensi, diharapkan dapat mencegah dan menghindari faktor resiko tersebut. Dengan follow up yang dilakukan puskesmas secara rutin, maka pengetahuan yang dimilikinya masyarakat akan terus terjaga dan pada tahap selanjutnya masyarakat akan selalu berperilaku sehat secara mandiri. Pembinaan yang selalu diberikan secara rutin, akan memotivasi masyarakat untuk berperilaku sehat secara mandiri (Rahman 2020).



Gambar 5. Pelaksanaan Evaluasi Kegiatan

Follow up dari kegiatan ini, selain dilaksanakan oleh petugas Puskesmas Selasari, juga dilaksanakan oleh kader kesehatan. Dalam mengatasi masalah kesehatan di masyarakat, terutama dalam pencegahan penyakit hipertensi peran kader kesehatan sangatlah penting (Setiyaningsih and Ningsih 2019). Peran kader tersebut terutama dilaksanakan dalam melakukan deteksi dini pada warga yang memiliki

resiko penyakit. Pada warga yang sudah menderita, kader kesehatan bisa membantu mereka dalam melaksanakan perawatan, dan penatalaksanaan penyakit hipertensi di rumah. Warga masyarakat terutama pada kelompok lansia yang beresiko, atau menderita hipertensi akan selalu berkonsultasi dengan kader kesehatan. Mempertimbangkan hal tersebut tim pengabdian juga melakukan pembinaan follow up pada kader kesehatan. Selain itu dalam upaya menjaga tingkat pengetahuan masyarakat tentang penyakit hipertensi, tim pengabdian juga memberikan beberapa leaflet serta memasang beberapa poster di posbindu sebagai media edukasi yang bisa dimanfaatkan oleh masyarakat yang ada di Dusun Panglanjan.

6. KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat dengan thema peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan penyakit hipertensi terdiri dari dua kegiatan yaitu penyuluhan kesehatan masyarakat tentang penyakit hipertensi dan pemeriksaan kesehatan. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah :

- 1) Adanya peningkatan pengetahuan masyarakat Dusun Panglanjan tentang penyakit hipertensi sebesar 23 point.
- 2) Masyarakat yang mengikuti pelayanan pemeriksaan kesehatan berjumlah 42 orang.

Kegiatan yang sudah dilaksanakan diharapkan dapat berkelanjutan secara mandiri oleh masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Selasari. Kepala Desa Cintaratu dapat melaksanakan koordinasi secara berkala dengan Puskesmas Selasari untuk melaksanakan kegiatan penyuluhan secara rutin baik di balai desa maupun di Posbindu. Dengan meningkatnya pengetahuan dan berjalannya kegiatan posbindu di Dusun Panglanjan diharapkan masyarakat dapat melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat sehingga dapat melaksanakan pencegahan penyakit hipertensi. Puskesmas Selasari melakukan follow up untuk selalu memberikan pembinaan kesehatan kepada kader kesehatan dan seluruh masyarakat yang ada di wilayah kerjanya.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, Rizal Pratama, And Yan Reiza Permana. (2022). "Sosialisasi Tentang Deteksi Diagnosis Dan Pencegahan Penyakit Tidak Menular." *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan Ipa* 5(3): 205-8.
- Arifin, Annisa Zulfa, Henry Setyawan, And Y Warella. (2021). "Manajemen Pelaksanaan Program Pos Pelayanan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu Ptm) Di Puskesmas Sine Kabupaten Ngawi." *Jkm (Jurnal Kesehatan Masyarakat) Cendekia Utama* 9(1): 84-96.
- Cahyadi, Ranita Ivana Et Al. (2024). "Gambaran Kepatuhan Minum Obat Penderita Hipertensi Dusun Sumberame, Kecamatan Wringinanom." *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 5(2): 3591-97.
- Darmareja, Rycco Et Al. (2024). "Penguatan Pengetahuan Dan Sikap Masyarakat Melalui Deteksi Dini Dan Penyuluhan Kesehatan Mengenai Hipertensi Emergensi Sebagai Upaya Pencegahan Kondisi Kegawatdaruratan." *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)* 7(2): 823-36.

- Eriyani, Theresia, Witdiawati Witdiawati, And Udin Rosidin. (2020). "Deteksi Dini Faktor Resiko Penyakit Tidak Menular Di Rw 12 Desa Jayaraga Kecamatan Tarogong Kidul Kabupaten Garut." *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)* 3(1): 135-41.
- Fatimah, Hemas Rifka, Niken Meilani, And Tri Maryani. (2018). "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Deteksi Dini Kanker Payudara Dengan Sadari Pada Wanita Di Kecamatan Tegalrejo Kota Yogyakarta." *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal Of Ners And Midwifery)* 5(1): 20-28.
- Fuadah, Dina Zakiyyatul, And Naning Furi Rahayu. (2018). "Pemanfaatan Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) Penyakit Tidak Menular (Ptm) Pada Penderita Hipertensi." *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal Of Ners And Midwifery)* 5(1): 20-28.
- Halimsetiono, Elita. (2021). "Pelayanan Kesehatan Pada Warga Lanjut Usia." *Keluwih: Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran* 3(1): 64-70.
- Kardiovaskular, Tim Pokja Hipertensi Dokter Spesialis. (2022). "Bunga Rampai Hipertensi Pada Kasus Kardiovaskular."
- Lisiswanti, Rika, And Dea Nur Aulia Dananda. (2016). "Upaya Pencegahan Hipertensi." *Majority* 5(3): 50-54.
- Mayasari, Mayasari, Agung Waluyo, Wati Jumaiyah, And Rohman Azzam. (2019). "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi." *Journal Of Telenursing (Joting)* 1(2): 344-53.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2019). "Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku."
- Pareira, Mariana Ikun R D, Soemiarti Patmonodewo, And Airin Y Saleh. 2018. "Program Pelatihan Pada Ibu Untuk Meningkatkan Pengetahuan Komunikasi Efektif Anak Prasekolah." *Jurnal Rap (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)* 8(2): 147-57.
- Rahman, Handono Fatkhur. (2020). "Dukungan Kader Dan Keluarga Dengan Pemanfaatan Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada* 9(2): 88-99.
- Rosidin, Udin, Nina Sumarni, And Iwan Suhendar. (2021). "Pendidikan Kesehatan Tentang Personal Hygiene Pada Siswa Smk Al Halim Garut." *Jurnal Abdimas Bsi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 4(2).
- Samino, Samino, Bagas Prakoso Sihono, Endah Rachmawati, And Hendy Pratama. (2024). "Optimalisasi Penyuluhan Tentang Peningkatan Pengetahuan Jajanan Sehat Di Smpn 14 Bandar Lampung." *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)* 7(5): 2067-75.
- Suherlan, Herlan Et Al. (2022). "Keterlibatan Masyarakat Dalam Mendukung Program Desa Wisata: Studi Deskriptif Kualitatif Pada Desa Wisata Melung, Kabupaten Banyumas." *Barista: Jurnal Kajian Bahasa Dan Pariwisata* 9(1): 99-111.
- Susilawati, Ika. (2016). "Pemberdayaan Masyarakat Miskin Penyandang Disabilitas Melalui Pengembangan Industri Kreatif "Sembako" Di Kabupaten Ponorogo." *Jurnal Lentera: Kajian Keagamaan, Keilmuan Dan Teknologi* 14(2): 224-42.
- Triyanto, Endang. (2014). "Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu." *Yogyakarta: Graha Ilmu*.
- Yanita, N I S. (2022). *Berdamai Dengan Hipertensi*. Bumi Medika.
- Yonata, Ade, And Arif Satri Putra Pratama. (2016). "Hipertensi Sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke." *Jurnal Majority* 5(3): 17-21.