

**UPAYA PENINGKATAN KEWASPADAAN TERHADAP SERANGAN STROKE PADA
PENDERITA HIPERTENSI DI RW 05 DAN 06 SUKAMENTRI GARUT**

Nina Sumarni^{1*}, Udin Rosidin², Umar Sumarna³, Witdiawati⁴, Iwan
Sholahuddin⁵, Rohmahalia M. Noor⁶

¹⁻⁵Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran Kampus Garut

⁶Kepala Puskesmas Guntur Garut

Email Korespondensi: n.sumarni@unpad.ac.id

Disubmit: 26 Agustus 2022 Diterima: 11 September 2022 Diterbitkan: 01 Desember 2022

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i12.7628>

ABSTRAK

Jumlah penderita hipertensi meningkat dengan pesat sebagian besar penderita tidak terkontrol tekanan darahnya. Hasil kajian menunjukkan bahwa masih banyak penduduk yang memiliki perilaku berisiko. Sebanyak 78,4% KK terdapat anggota keluarga yang merokok, sebanyak 53,9% KK tidak melakukan aktivitas fisik. Selain itu, berdasarkan hasil wawancara pada penderita hipertensi, sebagian besar penderita masih sering mengkonsumsi tinggi garam, tinggi lemak dan kader mengatakan tidak terdapat kegiatan olahraga rutin yang dilakukan secara bersama, sebanyak 51,3% lansia tidak rutin datang ke posbindu. Diperlukan kerja sama semua pihak baik tenaga medis, pemerhati hipertensi baik itu pemerintah, privat maupun komunitas agar penyakit hipertensi dapat terkendali. Tujuan kegiatan adalah memberikan edukasi mengenai pendidikan kesehatan tentang upaya peningkatan kewaspadaan terhadap serangan stroke pada penderita hipertensi di Rw 05,06 Kelurahan Sukamentri Garut. Metode yang digunakan pada aktivitas ini adalah literatur, diskusi dan interview. Hasil akhir yang diharapkan setelah dilakukan edukasi pendidikan kesehatan, para peserta mengetahui dan memahami tentang bahaya hipertensi.

Kata Kunci: Peningkatan, Kewaspadaan, Stroke

ABSTRACT

The number of patients with hypertension is increasing rapidly, most of them are not controlled for their blood pressure. The results of the study show that there are still many people who have risky behavior. As many as 78.4% of households have family members who smoke, as many as 53.9% of households do not do physical activity. In addition, based on the results of interviews with hypertension sufferers, most patients still often consume high salt and high fat, cadres said there were no routine sports activities carried out together, as many as 51.3% of the elderly did not regularly come to posbindu. The cooperation of all parties, both medical personnel, hypertension observers, be it government, private or community so that hypertension can be controlled. The purpose of the activity is to provide education about health education about efforts to increase awareness of stroke in patients with hypertension in Rw 05.06 Sukamentri Garut Village. The methods used in this activity are literature, discussion and interviews. The impact that can be expected after

health education education is carried out is that the participants know and understand the dangers of hypertension.

Keywords: *Enhancement, Alertness, Stroke*

1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang ditandai dengan adanya kenaikan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolic lebih dari 90 mmHg di lakukan pengukuran sebanyak dua kali pengukuran dengan jeda waktu lima menit dan dalam keadaan rehat/tenang (Sofiana et al., 2018). Umumnya penyakit hipertensi terjadi tidak bergejala, sehingga dianggap sebagai silent killer. Jika penyakit hipertensi tidak diobati, maka akan berdampak menjadi komplikasi seperti, pecahnya pembuluh darah di otak (51%) dan penyakit jantung coroner (45%) yang merupakan pencetus kematian . Kenaikan tekanan darah dalam waktu yang lama dan tidak diobati sejak awal dapat menyebabkan gagal ginjal, jantung serta otak. (Biro Komunikasi Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Di tahun 2015 menurut World Health Organization (WHO) terdapat sekitar 1,13 Miliar orang di dunia yang menjadi penderita hipertensi, faktanya dari 3 orang 1 orangnya terdiagnosis hipertensi. Jumlah penderita hipertensi meningkat setiap tahunnya, diprediksi tahun 2025 ada 1,5 Miliar orang yang menderita hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya ada 10,44 juta orang tewas akibat komplikasi dari hipertensi. Berdasarkan umur kelompok pada warga di Indonesia, ada penambahan penderita hipertensi sejalan meningkatnya umur dimana persentasenya sejumlah 13,2% pada umur 18-24 tahun, 20,1% pada umur 25-34 tahun, 31,6% pada umur 35-44 tahun, 45,3% pada umur 45-54 tahun dan 55,2% pada kelompok umur 55-64 tahun (Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan, 2018). Dari jumlah total penyandang hipertensi sejumlah 34,1%, diantaranya terdeteksi mengkonsumsi obat anti hipertensi secara rutin dan teratur, 13,3% penderita mengkonsumsi obat anti hipertensi tidak rutin serta 32,3% minum obatnya tidak teratur. Keadaan ini membuktikan bahwa masih banyak penderita hipertensi yang mengabaikan kondisi hipertensinya (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Jumlah pasien hipertensi dengan tekanan darah yang tidak terpantau semakin meningkat. Maka itu, kerjasama dari semua pihak baik itu dokter dan pemerhati penyakit hipertensi, pengambil kebijakan, swasta maupun masyarakat untuk bersama sama menekan tingkat kekambuhan penyakit hipertensi sehingga mampu dikendalikan. Hasil kajian menunjukkan bahwa masih terdapat banyak penduduk yang memiliki perilaku berisiko. Sebanyak 78,4% KK terdapat anggota keluarga yang merokok, sebanyak 53,9% KK tidak melakukan aktivitas fisik. Selain itu, berdasarkan hasil wawancara pada penderita hipertensi, sebagian besar penderita masih sering konsumsi tinggi garam dan tinggi lemak, kader mengatakan tidak terdapat kegiatan olahraga rutin yang dilakukan secara bersama-sama, sebanyak 51,3% lansia tidak rutin datang ke posbindu. Menurut (N Sumarni & Rukmasari, 2020) Ketepatan dalam manajemen pasien hipertensi ditentukan oleh disiplin pasien dengan terapi atau diet.

Selain faktor diatas, kurangnya pengetahuan dan sikap penderita hipertensi juga mewujudkan timbulnya hipertensi. Wulansari et al (2013) menyatakan bahwa terdapat ikatan antara pengetahuan hipertensi dengan

pengelolaan tekanan darah. Orang dengan pengetahuan hipertensi yang baik biasanya dapat mengontrol tekanan darahnya, sedangkan orang dengan pengetahuan kurang tentang hipertensi, umumnya memiliki tekanan darah yang tidak terkontrol (Wulansari et al., 2013). Masih terdapatnya penduduk RW 05 dan 06 Kelurahan Sukamentri yang memiliki tingkat pengetahuan kurang, menjadi salah satu kemungkinan penyebab tingginya angka hipertensi di RW 05,06 Sukamentri.

Peningkatan pengetahuan tentang hipertensi di masyarakat dapat dilakukan dengan edukasi kesehatan. Edukasi kesehatan merupakan upaya dalam mempengaruhi orang, baik personal, kelompok, maupun masyarakat agar mau melaksanakan perilaku hidup yang sehat. Edukasi kesehatan adalah suatu aktivitas dalam meningkatkan baik itu pengetahuan, sikap, maupun praktik masyarakat di dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan (Prasetya, 2015). Penelitian (Machado et al., 2017) membuktikan bahwa edukasi kesehatan pada masyarakat adalah wujud dari strategi yang langsung dalam menggerakkan masyarakat supaya mau belajar dan terlibat dalam pemulihan hipertensi. Menurut (Nelwan, 2019). dalam penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan responden setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang hipertensi

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

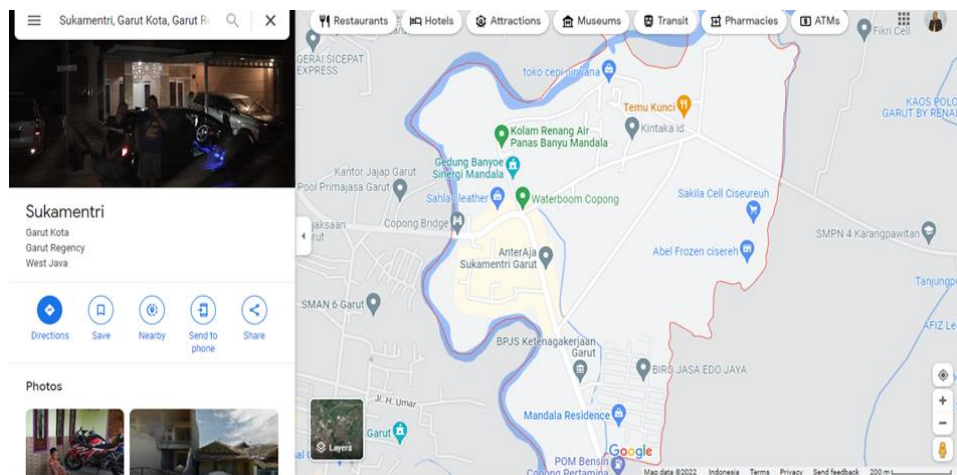
Hipertensi menjadi problem kita semua, baik di Indonesia maupun di dunia, karena hipertensi menjadi pintu masuknya risiko penyakit jantung, gagal ginjal, diabetes, stroke. Penyumbang ke dua terbesar untuk penyakit hipertensi di Indonesia adalah Jawa Barat setelah Kalimantan selatan. Berdasarkan hasil (Dinkes Jawa Barat, 2020) Pada tahun 2019 Provinsi Jawa Barat tercatat jumlah hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah sebesar 41,6% sedangkan hasil Riskesdas 2018 sebesar 39,6%, mengalami peningkatan dibandingkan hasil Riskesdas 2013 yaitu sebesar 29,4%.

Hipertensi merupakan problem kesehatan yang banyak diderita oleh penduduk Sukamentri, Kecamatan Garut Kota. Begitu juga di RW 05 Kelurahan Sukamentri, penyakit hipertensi dan penyakit tidak menular lain banyak dialami oleh warga RW 05 dan 06. Dari 340 penduduk RW 05, 06 yang dikaji, sebanyak 37 jiwa (35,92%) mengalami hipertensi. Terdapat beberapa faktor risiko yang menyebabkan hipertensi, diantaranya yaitu umur, jender, riwayat keturunan, genetic, perokok, konsumsi garam, konsumsi lemak jenuh, peminum alcohol, kelebihan berat badan, aktivitas fisik yang kurang, stress dan konsumsi estrogen (Biro Komunikasi Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Tingginya angka hipertensi di RW 05 dan 06 Kelurahan Sukamentri, menunjukkan bahwa perlu adanya penanganan dan pemberdayaan potensi yang dimiliki oleh penduduk RW 05 dan 06 Kelurahan Sukamentri Garut. Potensi yang dimaksud dan dimiliki oleh RW 05 Sukamentri ialah posbindu dan kadernya. Salah satu upaya yang dilakukan untuk menangani dan mengontrol hipertensi pada penduduk RW 05 Kelurahan Sukamentri yaitu dengan mengadakan pendidikan kesehatan tentang hipertensi yang melibatkan kader, ketua RW, ketua RT, dan penduduk RW 05 dan 06 Kelurahan Sukamentri. Tujuan dari kegiatan ini yaitu untuk meningkatkan pengetahuan penduduk RW 05 dan 06 Kelurahan Sukamentri tentang upaya peningkatan kewaspadaan terhadap serangan stroke pada penderita

hipertensi di Rw 05,06 Kelurahan Sukamentri Garut.

Berdasarkan uraian diatas perlu diberikan edukasi karena jika tidak diberikan edukasi maka dapat memperberat kondisi kesehatan terutama bagi mereka yang menderita hipertensi yang tidak berobat dan tidak terkontrol tekanan darahnya. Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan pendidikan kesehatan mengenai upaya peningkatan kewaspadaan terhadap serangan stroke pada penderita hipertensi di rw 05 dan 06 sukamentri garut. Bagaimana peningkatan pengetahuan masyarakat setelah dilakukan edukasi tentang upaya peningkatan kewaspadaan terhadap serangan stroke pada penderita hipertensi di rw 05 dan 06 Sukamentri garut.



Gambar 1. Lokasi Pelaksanaan

3. KAJIAN PUSTAKA

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah baik itu sistolik maupun diastolic dimana sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolic lebih dari 90 mmHg dengan dua kali pengukuran dengan jeda waktu kurang lebih lima menit dalam keadaan penderita cukup istirahat atau tenang. Banyak factor yang mempengaruhi tekanan darah naik seperti stress, pola makan yang jelek, dan kegemukan (Dalimartha, 2008) dalam (Nina Sumarni et al., 2019).

Faktor yang diduga berkaitan dengan hipertensi esensial menurut (Ardiansyah, 2012) meliputi: (1) Keturunan: riwayat keluarga yang mempunyai riwayat penyakit hipertensi berisiko keturunannya terkena hipertensi. (2) Jenis kelamin dan umur: pria dengan umur 35-50 tahun dan wanita setelah mengalami masa menopause berpotensi untuk mengalami hipertensi. (3) konsumsi tinggi garam atau lemak jenuh dalam waktu yang lama berpotensi berkembang menjadi penyakit hipertensi. (4) Berat badan berlebihan: obesitas (>25%) menjadi stimulant terjadinya penyakit hipertensi. (5) perokok dan konsumsi alkohol dapat meningkatkan tekanan darah. Melalui penerapan perilaku gaya hidup sehat dan patuh dalam pengobatan mampu mengontrol tekanan darah penderita hipertensi.

4. METODE

Sasaran dari pelayanan ini adalah masyarakat pada penduduk RW 05,06 Kelurahan Sukamentri di Desa Sukamentri Garut yang dimana terdapat penderita hipertensi sebanyak 37 jiwa (35,92%) mengalami hipertensi. Pelaksanaan dimulai tahap persiapan. Dimana tahap persiapan ini bertujuan untuk mendapatkan dukungan dari RT, RW, para kader kesehatan diwilayah kerja Kelurahan sukamentri. Tahap persiapan diselesaikan satu hari dengan dibantu oleh sebelas mahasiswa. Setelah ada persetujuan dari Pembina wilayah yaitu pihak Puskesmas terkait, maka mahasiswa akan melakukan survei mawas diri terlebih dahulu untuk mengetahui apa saja yang menjadi isu. Setelah masalah ini disepakati, maka pendidikan kesehatan tentang upaya peningkatan kewaspadaan terhadap serangan stroke pada penderita hipertensi di rw 05,06 kelurahan sukamentri garut yang akan dilakukan. Tahap persiapan dikoordinasikan dengan kepala Puskesmas Guntur, untuk mengajukan izin kegiatan, pengkajian kondisi umum, serta merancang sumber daya yang dibutuhkan.

Langkah berikutnya adalah melaksanakan kegiatan edukasi pendidikan kesehatan menggunakan Metode ceramah, penyuluhan dengan metoda ceramah atau lecture akan mempermudah Khalayak, sasaran dalam kegiatan pendidikan kesehatan mengenai pencegahan hipertensi ini adalah masyarakat umum di RW 05 dan 06 kelurahan sukamentri garut, baik yang menderita hipertensi maupun yang tidak menderita hipertensi dilanjutkan dengan sesi tanya jawab serta pemutaran video mengenai upaya peningkatan kewaspadaan terhadap serangan stroke pada penderita hipertensi di rw 05 dan 06 sukamentri garut.

Melalui kegiatan diskusi diharapkan masyarakat Sukamentri paham sehingga lancar dalam penerapan pada kehidupan sehari-hari. Dengan diskusi, para peserta juga dibimbing untuk lebih mengerti materi yang sudah disampaikan sehingga mereka mampu membagikan pengetahuan (sharing knowledge) yang telah mereka miliki kepada sesama para peserta didik maupun para penderita hipertensi. Sebelum sesi diskusi berakhir, mahasiswa mengevaluasi hasil materi yang telah disampaikan untuk melihat seberapa paham para peserta tentang materi yang telah disampaikan. Menurut learning pyramid, melalui kegiatan diskusi, para peserta mudah memahami materi materi yang disampaikan pada saat ceramah.

Metode berikutnya adalah Metode demonstrasi yang digunakan dalam penyuluhan pada sasaran dalam kegiatan pendidikan kesehatan mengenai pencegahan hipertensi dengan memutar video tentang hidup sehat dengan hipertensi atau menunjukkan secara langsung cara mengendalikan tekanan darah yang diberikan kepada masyarakat umum di RW 05 dan 06. Sehingga, setelah video dan demonstrasi langsung diputar, para peserta akan mengingatnya baik materi maupun demonstrasi yang telah disampaikan oleh para mahasiswa dikarenakan demonstrasi atau peragaan itu merangsang seluruh panca indera dan membentuk memori sensoris sehingga para peserta edukasi lebih mengingatnya.

Dengan melihat video tentang hidup sehat dengan hipertensi diharapkan masyarakat Desa Sukamentri dapat dengan mudah dan mampu menerapkan ilmu yang didapat pada kehidupan sehari-hari. Selain metode ini, tim layanan juga menggunakan sumber daya lain seperti penyebaran brosur. Ada pretest yang dilakukan sebelum dimulainya pendidikan kesehatan dan posttest akhir segera setelah pendidikan kesehatan selesai.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pendidikan dan Promosi

Kesehatan dilaksanakan pada :Hari/ tanggal : Minggu, 15 Mei 2022 Pukul : 10.53 - 11.13 WIB. Tempat/Lokasi Pelaksanaan dilaksanakan di Madrasah TPA Al Falah. Kegiatan sosialisasi dan edukasi tentang upaya peningkatan kewaspadaan terhadap serangan stroke pada penderita hipertensi di rw 05 dan 06 Sukamentri Garut, dihadiri oleh 55 orang yang merupakan warga rw 05 dan 06 kelurahan Sukamentri, ditambah 5 orang kader kesehatan dan 1 orang Pembina wilayah dari Puskesmas. Aktifitas ini melibatkan 11 orang mahasiswa profesi stase komunitas dari Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran. Mayoritas para peserta berusia antara 18 tahun sampai dengan 57 tahun dimana responden yang berusia 18-35 sebanyak 43%, dan responden yang berusia 36-57 tahun sebanyak 57%. Data responden berdasarkan jenis kelamin diperoleh data 68% mayoritas adalah perempuan dan 32% responden adalah laki-laki. Berikut gambar ketika penyuluhan dilaksanakan.



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan

Pembahasan

Hasil tes awal, didapatkan skor rata-rata nilai adalah 68,2 dari nilai pengetahuan masyarakat rw 05 dan 06 mengenai hipertensi dimana skornya minimal adalah 53,5 dan maksimal 75,3. Kemudian dilaksanakan Penyuluhan kesehatan, selanjutnya dilakukan postes dimana didapatkan skor rata-rata nilai 78 dengan skor minimal 79 dan maksimal 82. Pentingnya upaya peningkatan kewaspadaan terhadap serangan stroke pada penderita hipertensi.

6. KESIMPULAN

Kesimpulan akhir sebagian besar dari masyarakat yang berada di rw 05 dan 06 di Kelurahan Sukamentri bisa mengikuti kegiatan secara langsung dan ikut berperan serta dalam kegiatan edukasi kesehatan ini dengan baik, para peserta begitu semangat dari awal kegiatan sampai akhir kegiatan. Terjadi peningkatan pemahaman masyarakat tentang upaya peningkatan kewaspadaan terhadap serangan stroke pada penderita hipertensi di rw 05 dan 06 Sukamentri Garut. Hasil post test dengan skor rata rata 78 dengan skor minimal 78 dan maksimal 82 Setelah dilakukan edukasi kesehatan.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansyah, M. (2012). *Medikal bedah untuk mahasiswa*. Diva Press. <https://onesearch.id/Record/IOS2726.slims-152945>
- Biro Komunikasi Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Sebagian Besar Penderita Hipertensi tidak Menyadarinya - Sehat Negeriku*. Biro Komunikasi Kementerian Kesehatan RI, 3-4. <http://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20170517/3220892/sebagian-besar-penderita-hipertensi-tidak-menyadarinya/>
- Dinkes Jawa Barat. (2020). *Profil Kesehatan Jawa Barat Tahun 2020*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 103-111.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat*. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html>
- Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan. (2018). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 1-100. <http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-risikesdas-2018.pdf>
- Machado, A. L. G., Borges, F. M., Silva, A. Z. Da, Jesus, A. C. P. de, Moreira, T. M. M., & Vieira, N. F. C. (2017). *Círculo de cultura como intervenção educativa para promoção da saúde de idosos hipertensos / Culture circle in hypertensive elderly health promotion: experience report*. *Ciência, Cuidado e Saúde*, 16(1), 1-6. <https://doi.org/10.4025/cienccuidsaude.v16i1.33551>
- Mangendai, Y., Rompas, S., & Hamel, R. (2017). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Berobat Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Ranotana Weru*. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 5(1), 109214.
- Nelwan, J. E. (2019). *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Perubahan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Di Kota Manado*. *Journal PHWB*, 1(2), 1-7. <http://ejournalhealth.com>
- Prasetya, C. H. (2015). *Efektifitas pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan keluarga tentang hipertensi*. *Journal of Mutiara Medika*, 15(1), 67-74.
- Sofiana, L., Puratmadja, Y., S, B. S. K., Pangulu, A. H. R., & Putri, I. H. (2018). *Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Melalui Metode Penyuluhan*. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 171-176. <https://doi.org/10.52841/jpmk.v3i2.234>
- Sumarni, N, & Rukmasari, E. A. (2020). *Dukungan keluarga dengan kepatuhan minum obat pada Lansia hipertensi Di Muara Sanding*. *Jurnal*

- Keperawatan BSI, 8(2), 1-9.
<http://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/242>
- Sumarni, Nina, Lukman, M., & Mambang Sari, C. W. (2019). Relationship between Sports Habits and Physical Activity to Blood Pressure in Hypertension Patients in Puskesmas Siliwangi. *Asian Community Health Nursing Research*, 1(2), 20.
<https://doi.org/10.29253/achnr.2019.12019>
- Wulansari, J., Ichsan, B., & Usdiana, D. (2013). Hubungan Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Poliklinik Penyakit Dalam Rsud Dr.Moewardi Surakarta. *Biomedika*, 5(1), 17-22. <https://doi.org/10.23917/biomedika.v5i1.271>