

PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG “KENALI, CEGAH DAN KENDALIKAN PENYAKIT HIPERTENSI” DI POSYANDU PUSKESMAS AIR PUTIH SAMARINDA

Barolym Tri Pamungkas¹, Miftakhul Nadiah², Siti Maulani Jabal Rahma³
Ayu Nashari Azmi⁴

Fakultas Farmasi, Universitas Mulawarman

Email: ayu.azmi010100@gmail.com

Abstrak

Kepatuhan pengobatan pasien hipertensi merupakan faktor penting, karena hipertensi merupakan penyakit yang tidak dapat disembuhkan tetapi harus selalu dikontrol atau dikendalikan agar tidak terjadi komplikasi yang dapat berujung pada kematian. Tujuan promosi kesehatan ini untuk meningkatkan pemahaman masyarakat ciri-ciri, pencegahan dan pengendalian hipertensi. Metodologi kegiatan adalah *one group pre post design* dengan mengukur pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. Instrumen yang digunakan adalah kuisioner pengetahuan terkait ciri-ciri, pencegahan dan pengendalian hipertensi. Hasil yang dicapai setelah melakukan penyuluhan tentang “Kenali, Cegah, dan Kendalikan Penyakit Hipertensi” di masyarakat mengalami peningkatan yang sebelumnya 63% menjadi 83%.

Kata Kunci : Hipertensi, Penyuluhan, Posyandu

Abstract

Patient compliance with hypertension treatment is an important factor, as hypertension is a disease that cannot be cured but must always be controlled to prevent complications that could lead to death. The aim of this health promotion is to increase public understanding of the signs, prevention, and control of hypertension. The activity methodology uses a one-group pre-post design by measuring knowledge before and after the counseling session. The instrument used was a knowledge questionnaire related to the signs, prevention, and control of hypertension. The results achieved after conducting the counseling titled "Recognize, Prevent, and Control Hypertension" in the community showed an increase in knowledge from 63% to 83%.

Keywords: Hypertension, Counseling, Posyandu

PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu yang lama (persisten) dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal, jantung, dan otak bila tidak dideteksi secara dini dan mendapat pengobatan yang memadai [1]. Di Indonesia estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian [2].

* Barolym Tri Pamungkas, ayu.azmi010100@gmail.com

Peningkatan tekanan darah dipengaruhi oleh beberapa faktor risiko antara lain umur, jenis kelamin, genetik, riwayat keluarga, dan gaya hidup yang tidak sehat seperti konsumsi garam yang berlebihan, kebiasaan merokok, konsumsi lemak jenuh, penggunaan jelantah, kebiasaan konsumsi minum-minuman beralkohol, obesitas, kurang aktifitas fisik, stres, penggunaan estrogen [1]. Kepatuhan pengobatan pasien hipertensi merupakan faktor penting, karena hipertensi merupakan penyakit yang tidak dapat disembuhkan tetapi harus selalu dikendalikan agar tidak terjadi komplikasi yang dapat mengakibatkan pada kematian. Kepatuhan sering menjadi masalah pada pasien yang menderita penyakit kronik yang membutuhkan modifikasi gaya hidup serta pengobatan jangka panjang [3]. Ketidakepatuhan pasien dalam menjalani terapi dapat meningkatkan morbiditas, mortalitas serta biaya pengobatan. Kepatuhan sering menjadi masalah pada pasien yang menderita penyakit kronik yang membutuhkan modifikasi gaya hidup serta pengobatan jangka panjang [4].

Sebagian besar penderita hipertensi akan bosan mengkonsumsi obat karena harus dikonsumsi seumur hidup, disamping rasa bosan penderita hipertensi terkadang juga berhenti mengkonsumsi obat sebelum masa pengobatan selesai, hal ini dikarenakan penderita belum memahami bahwa obat harus diminum seumur hidup untuk menjaga agar tekanan darahnya stabil [5]. Obat-obat antihipertensi yang ada saat ini telah terbukti dapat mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi, dan juga sangat berperan dalam menurunkan risiko berkembangnya komplikasi kardiovaskular. Namun demikian, penggunaan obat antihipertensi saja terbukti tidak cukup untuk menghasilkan efek pengontrolan tekanan darah jangka panjang apabila tidak didukung dengan kepatuhan dalam menggunakan obat antihipertensi tersebut [6].

Pengetahuan sangat menentukan keberhasilan pengobatan pada penyakit hipertensi. Apabila pada diri pasien tidak ada motivasi untuk sembuh, bahkan pihak keluarga juga tidak ada perannya maka hal ini akan sangat mempengaruhi jalannya pengobatan [7]. Penyuluhan kesehatan sebenarnya serupa dengan pendidikan kesehatan, sebab keduanya berfokus pada perubahan perilaku yang diinginkan, yaitu perilaku sehat, sehingga mempunyai kemahiran mengenal masalah kesehatan dirinya, keluarga serta kelompoknya dalam meningkatkan kesehatannya [8]. Mempromosikan tentang hipertensi ini penting agar masyarakat tahu mengapa tekanan darah yang meningkat berbahaya dan bagaimana cara mengambil langkah untuk mencegah ataupun mengendalikannya [9]. Berdasarkan latar belakang tersebut, kami merencanakan kegiatan edukasi yang bertema “Kenali, Cegah, dan Kendalikan Penyakit Hipertensi”

METODE PENELITIAN

Metode penyuluhan yang diterapkan meliputi: 1) Pengukuran pengetahuan peserta tentang hipertensi; 2) Penyuluhan hipertensi dengan menyebarkan leaflet; 3) Diskusi tanya jawab peserta. Pengukuran pengetahuan peserta dilakukan pada awal sebelum diberikan penyuluhan dan sesudah mendapatkan penyuluhan. Pengukuran ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta tentang hipertensi.

Tahapan evaluasi penyuluhan kepada peserta mencakup evaluasi awal dan evaluasi akhir. Evaluasi awal dilakukan dengan memberikan pretest kepada peserta penyuluhan, yang berisi pertanyaan-pertanyaan terkait dengan materi penyuluhan yang akan diberikan. Evaluasi akhir dilakukan dengan memberikan post test kepada peserta dengan pernyataan yang sama dengan pertanyaan pretest. Skor nilai post-test dibandingkan dengan skor nilai pre-test. Apabila nilai post test lebih tinggi dari nilai pretest maka kegiatan penyuluhan yang diberikan berhasil meningkatkan pengetahuan peserta penyuluhan. Hasil perbandingan ini dapat menjadi parameter keberhasilan peningkatan pengetahuan peserta setelah mendapatkan penyuluhan tentang Hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

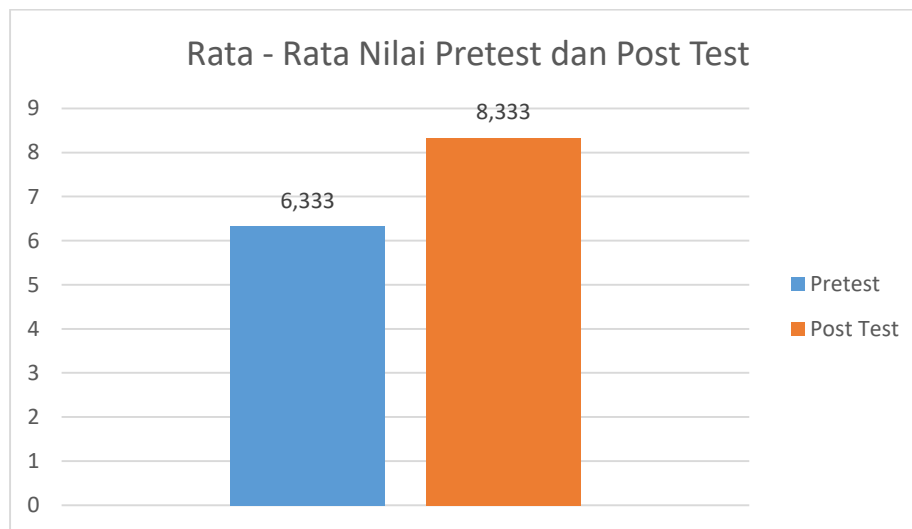
Posyandu Sri Rejeki merupakan posyandu yang berada dibawah Puskesmas Air Putih Samarinda yang berlokasi di Jl. Rawasari 4, RT 47 Kelurahan Air Putih, Kecamatan Samarinda Ulu, Kota Samarinda, Kalimantan Timur.

Program pengabdian masyarakat ini memiliki tujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai ciri – ciri, pencegahan dan pengendalian hipertensi. Kegiatan pertama dilakukan pretest untuk melihat pengetahuan peserta sebelum diberikan penyuluhan, kemudian dilakukan sesi diskusi dan diakhiri dengan pemberian post test kepada peserta yang hadir untuk mengukur seberapa besar pemahaman masyarakat tentang ciri – ciri, pencegahan dan pengendalian hipertensi. Sejumlah 15 orang peserta yang telah hadir. Sebelum kegiatan penyuluhan dimulai, peserta terlebih dahulu diminta untuk mengerjakan pretest terlebih dahulu. Kemudian dilanjutkan dengan pemberian leaflet dan diberikan penyuluhan tentang ciri – ciri hipertensi, pencegahan hipertensi dan pengendalian hipertensi.

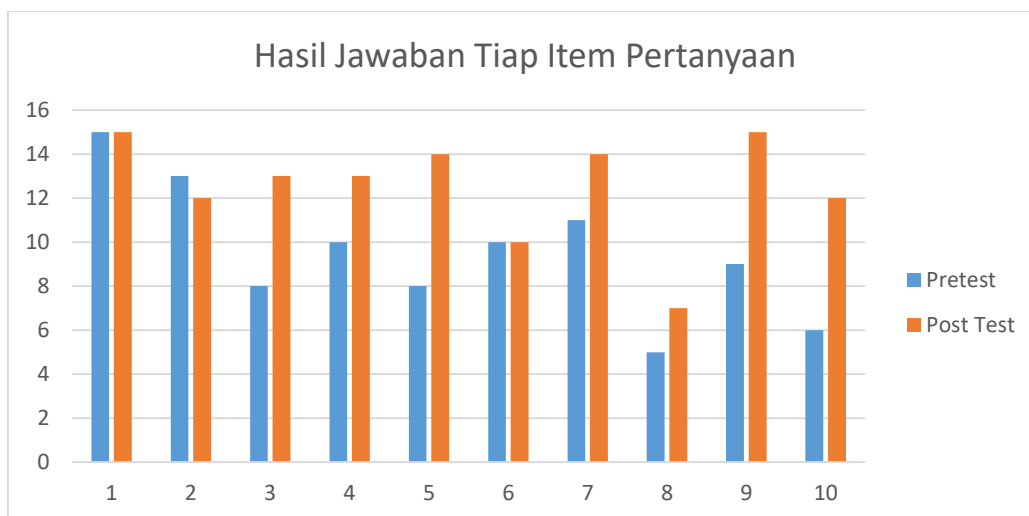
Setelah kegiatan penyuluhan selesai dilakukan sesi diskusi. Pada sesi diskusi terdapat pertanyaan yang diajukan oleh peserta yaitu “Pasien hipertensi harus terus konsumsi obat seumur hidup, apakah aman untuk ginjal? Karena banyak sekali orang – orang mengatakan minum obat

terus tidak baik untuk ginjal.” Dan jawaban yang diberikan adalah “Tentu saja aman, karena tekanan darah yang tidak terkontrol dapat menyebabkan pembuluh darah yang ada di ginjal mengalami kerusakan yang akan mengakibatkan ginjal tidak dapat melakukan tugasnya untuk menyaring limbah dari darah. Maka dari itu, pasien yang telah diresepkan obat hipertensi harus meminum obat hipertensi seumur hidup.”

Terakhir adalah kegiatan post test, peserta akan mengerjakan post test dengan pertanyaan yang sama dengan pretest yang telah dilakukan. Berikut merupakan hasil perbandingan jawaban peserta pretest dan post test



Gambar 1. Rata – Rata Nilai Pretest dan Post Test



Gambar 2. Hasil Jawaban Tiap Item Pertanyaan.

Tabel 1. Persentase Jawaban Benar dan Salah

No.	Kegiatan	Jawaban Benar (%)	Jawaban Salah (%)
1.	<i>Pretest</i>	63	37
2.	<i>Post Test</i>	83	17

Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Wahyudi, yang menemukan dampak penyuluhan tentang hipertensi, pengetahuan peserta meningkat sebagai hasil dari penyuluhan. Hal ini terjadi karena peserta memperhatikan materi penyuluhan dan cukup antusias untuk bertanya terkait hipertensi [10]. Dari hasil pretest juga menunjukkan bahwa sebagian besar peserta sudah pernah terpapar materi tersebut. Jadi, penyuluhan kesehatan saat ini semacam review atau mengingat kembali.

Berdasarkan hasil diatas dapat dilihat terjadi peningkatan dimana hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti, *et al*, 2023 dimana hasil yang didapatkan terjadi peningkatan jawaban benar dari yang sebelumnya 48,88% menjadi 93,5%. Hasil tersebut lebih tinggi 51,12 % dibandingkan dengan jawaban benar pada *pre test* [8]. Pada penyuluhan yang telah dilakukan didapatkan hasil peningkatan pengetahuan peserta dari yang sebelumnya 63% menjadi 83% setelah penyuluhan, dimana hasil tersebut 20% lebih tinggi dibandingkan dengan jawab pada pretest.

Hasil tersebut memperlihatkan bahwa sebelum diadakannya kegiatan ini, tingkat pengetahuan peserta tentang ciri – ciri, pencegahan dan pengendalian hipertensi cukup baik. Tingkat kesalahan yang lebih kecil setelah dilakukan *post test* menunjukkan bahwa pengetahuan masyarakat semakin meningkat. Oleh karena itu nilai *post test* yang lebih tinggi daripada nilai *pre test* ini menjadi indikator bahwa kegiatan ini dikatakan berhasil.

KESIMPULAN

Penyuluhan yang telah dilakukan terbukti menambah pengetahuan peserta terkait ciri – ciri, pencegahan dan pengendalian hipertensi sebesar 20% dari yang sebelumnya 63% menjadi 83%.

DAFTAR PUSTAKA

PERKI. 2015. *Pedoman Tatalaksana Hipertensi pada Penyakit Kardiovaskular*. Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia. Jakarta.

- Riskesdas. (2018). Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018 - Kementerian Kesehatan [Basic Health Research 2018 - Ministry of Health]. Retrieved from <https://www.kemkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-riskesdas2018.pdf>.
- Mangendai, Y., Rompas, S., & Hamel, R. S. 2017. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Berobat Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Ranotana Weru. *Jurnal Keperawatan*, 5(1).
- Rosidin, U., Shalahuddin, I., & Sumarna, U. 2018. Hubungan Kemandirian Keluarga Dengan Perawatan Hipertensi Pada Keluarga Binaan Puskesmas Sukaresmi Garut. *Jurnal Keperawatan Bsi*, VI(1), 12–20.
- WHO. 2013. *A global brief on Hypertension*. In *A global brief on Hypertension*.
- Sukma, A.N., et al. (2018). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Pasien Hipertensi Dalam Melakukan Terapi Di Puskesmas Pandanaran Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(5), 687 – 695. <https://doi.org/10.14710/jkm.v6i5.22125>.
- KK, Indra Frana Jaya. 2022. Penyuluhan Pengendalian Hipertensi dan Kepatuhan Konsumsi Obat Anti Hipertensi. *Indonesia Journal Of Community Service* 2(4): 443 – 451.
- Suryantara, A.A. Bagus dan Dewi, Ni Wayan Rika Kumara. 2023. Pengaruh Motivasi dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Mminum Obat Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas X Kabupaten Bandung. *Jurnal Skala Husada: The Journal Of Health* 20(2): 33 – 36
- Wijayanti, Andita Nur, et al. 2023. Penyuluhan Kesehatan Tentang Pencegahan Dan Pengendalian Hipertensi Terhadap Penderita Hipertensi Dan Ibu Pkk Kelurahan Takeran, Magetan. *Jurnal ABDIMAS Indonesia* 1(2): 198 – 208. <https://doi.org/10.35790/jkp.v5i1.15829>.
- WHO. 2013. *A global brief on Hypertension*. In *A global brief on Hypertension*.
- Wahyudi, et al. 2023. Peningkatan Pengetahuan Hipertensi Melalui Penyuluhan Pada Lansia Di Pekan Kuala. *Ahmar Metakarya: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 4(1): 124 – 129.