



Tersedia online di: journal.gunabangsa.ac.id

J.Abdimas: Community Health

ISSN (online): 2746-542X



Handling And Prevention Of Hypertension In Guwosari Pajangan Bantul DIY

Penanganan Dan Pencegahan Hipertensi Di Guwosari Pajangan Bantul DIY

Nova Maulana

Universitas Bina Bangsa

ABSTRACT

Hypertension is one of the diseases that are common in the community. Mortality due to hypertension in Indonesia is very high. The case of hypertension is quite common, especially in the elderly. As for the understanding of hypertension and the prevention and initial treatment of hypertension is still not yet known by the citizens of the elderly. A preventive measure in the form of promotive and preventive currently be a priority. The increase of public understanding about the disease of hypertension is expected to reduce the morbidity and mortality of hypertensive disease. The purpose of this activity is to provide an understanding of how the management and prevention of hypertension early in guwosari pajangan Bantul DIY. This education Program was held in the Village guwosari pajangan Bantul yogyakarta in February 2022 in the form of lectures, question and answer and blood pressure checks. Activities running, the participants were enthusiastic to listen and ask various things about hypertension that is not yet understood. So that participants can really know and understand the causes, symptoms, risk factors, prevention and treatment of hypertension. Similarly, it is expected that elderly residents can perform routine checks of blood pressure independently or in a health care facility.

Keywords: *Hypertension, prevention, treatment*

INFORMASI ARTIKEL

Diterima : 06 Maret 2022
Direvisi : 14 November 2022
Disetujui : 22 November 2022
Dipublikasi : 30 November 2022

KORESPONDENSI

Nova Maulana
novamaulanabon@gmail.com
+62813-9339-3400

Copyright © 2022 Author(s)



Di bawah lisensi *Creative Commons Attribution 4.0 International License*.

INTISARI

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang umum dijumpai di masyarakat. Angka kematian karena hipertensi di Indonesia sangat tinggi. Kasus hipertensi lumayan banyak dijumpai terutama pada lansia. Adapun pemahaman mengenai penyakit hipertensi dan upaya pencegahan serta penanganan awal hipertensi masih belum diketahui oleh warga lansia. Tindakan pencegahan berupa promotif dan preventif saat ini menjadi prioritas. Adanya peningkatan pemahaman masyarakat mengenai penyakit hipertensi diharapkan dapat menurunkan angka morbiditas dan mortalitas penyakit hipertensi. Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan pemahaman bagaimana penanganan dan pencegahan hipertensi sedari dini di Guwosari Pajangan Bantul DIY. Program penyuluhan ini dilaksanakan di Balai Serba Guna Desa Guwosari Pajangan Bantul DIY pada bulan September 2022 dalam bentuk ceramah, tanya jawab dan pemeriksaan tekanan darah. Kegiatan berjalan secara aktif, peserta antusias mendengarkan dan menanyakan berbagai hal mengenai hipertensi yang belum dipahami. Sehingga peserta dapat benar-benar mengetahui dan memahami penyebab, gejala, faktor risiko, pencegahan dan penanganan hipertensi. Begitu pula diharapkan agar warga lansia

dapat rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah secara mandiri ataupun di pusat pelayanan kesehatan.

Kata kunci: Hipertensi, pencegahan, penanganan.

PENDAHULUAN

Angka kematian karena hipertensi di Indonesia sangat tinggi. Hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis, yakni mencapai 6,7% dari populasi kematian pada semua umur di Indonesia. Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang umum dijumpai di masyarakat. Hipertensi merupakan gangguan sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah di atas normal, yaitu 140/90 mmHg. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Balitbangkes tahun 2017 menunjukkan prevalensi hipertensi secara nasional mencapai 31,7% (Kemenkes RI, 2019).

Gejala-gejala hipertensi sangat bervariasi dimulai dengan tanpa gejala, sakit kepala ringan ataupun gejala lain yang hampir sama dengan penyakit lainnya. Gejala-gejalanya itu adalah sakit kepala/rasa berat di tengkuk, pusing (vertigo), jantung berdebar-debar, mudah lelah, penglihatan kabur, telinga berdenging (tinnitus), dan mimisan. Oleh karena itu untuk menegakkan diagnosis hipertensi adalah dengan menggunakan sphygmomanometer. Berbagai studi menunjukkan bahwa hipertensi meningkatkan risiko kematian dan penyakit. Bila tidak dilakukan penanganan, sekitar 70% pasien hipertensi kronis akan meninggal karena jantung koroner atau gagal jantung, 15% terkena kerusakan jaringan otak, dan 10% mengalami gagal ginjal. Namun demikian, peningkatan kesadaran masyarakat dan pengendalian hipertensi dapat menekan risiko hingga 50% (Sutarga, IM, 2017).

Penyakit hipertensi merupakan penyakit yang umum di masyarakat. Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan tingginya kasus hipertensi beserta komplikasi yang ditimbulkannya. Faktor-faktor tersebut diantaranya adalah gejala-gejala hipertensi sangat bervariasi dimulai dengan tanpa gejala, sakit kepala ringan ataupun gejala lain yang hampir sama dengan penyakit lainnya. Hal inilah yang

masih belum dipahami oleh masyarakat. Gaya hidup yang tidak disadari oleh masyarakat berisiko terhadap terjadinya hipertensi serta kesadaran untuk melakukan pengecekan rutin/berkala terhadap tekanan darah mengakibatkan kejadian hipertensi masih cukup tinggi (Fadli, R, 2018).

Oleh karena itu, kerangka penyelesaian masalah yang perlu dilakukan adalah melaksanakan program pendekatan pelayanan kesehatan, yaitu promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif yang terpadu dan berkesinambungan untuk mengatasi masalah penyakit hipertensi. Tindakan pencegahan berupa promotif dan preventif saat ini menjadi prioritas. Tindakan mengubah gaya hidup serta pemeriksaan tekanan darah secara rutin sangat diperlukan dalam pencegahan hipertensi dan hal tersebut tidak terlalu mengeluarkan banyak biaya dibandingkan dengan tindakan kuratif dan rehabilitatif bila telah menderit hipertensi (Tinambunan, AD, 2021).

Peningkatan pemahaman masyarakat mengenai penyakit hipertensi diharapkan dapat menurunkan angka morbiditas dan mortalitas penyakit hipertensi. Hambatan dalam upaya pemahaman masyarakat adalah masih kurangnya kesadaran ataupun kurangnya informasi mengenai penyakit hipertensi. Dengan adanya program penyuluhan penanganan dan pencegahan hipertensi berupa pemberian edukasi atau pengetahuan tentang faktor risiko, penyebab dan diet yang harus dilakukan diharapkan dapat membantu meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat dalam upaya promotif dan preventif terhadap penyakit hipertensi.

STIKes Surya Global Yogyakarta merupakan Institusi kesehatan yang saat ini konsen memberikan pelayanan terhadap penanganan dan pencegahan hipertensi. Adapun kasus hipertensi merupakan kasus yang umum dijumpai sehari-hari. Berdasarkan distribusi

umur, penderita hipertensi umumnya didapatkan pada usia lanjut. Adapun pemahaman mengenai penyakit hipertensi dan upaya pencegahan serta penanganan awal hipertensi masih belum diketahui oleh warga lansia tersebut. Adanya pemahaman yang benar mengenai hipertensi merupakan keniscayaan dalam upaya mengurangi angka kesakitan dan kematian akibat hipertensi pada masyarakat. Upaya yang dilakukan adalah dengan mengadakan penyuluhan kesehatan serta pemeriksaan tekanan darah bagi warga lansia.

METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di balai serba guna guwosari pajangan Bantul DIY pada bulan september 2022 dengan peserta berjumlah 40 orang. Metode pelaksanaan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan dilakukan pada hari Jumat-Sabtu, 19-20 september 2022, bertempat di gedung serba guna guwosari pajangan Bantul DIY. Kegiatan ini dilakukan untuk memberikan pemahaman terkait penanganan dan pencegahan hipertensi untuk usia lansia sedari dini. Pelaksanaan kegiatan Ceramah dan Pelayanan Kesehatan Masyarakat kepada warga lansia berjalan dengan tertib dan lancar. Kegiatan dimulai dengan melakukan senam sehat prolanis yang diikuti oleh peserta (warga lansia) dan juga warga lain yang berkeinginan mengikuti senam diperbolehkan. Selanjutnya dilakukan ceramah penyuluhan mengenai hipertensi, penanganan dan pencegahannya. Acara berlangsung interaktif, peserta antusias mengikuti pemaparan. Hal ini tampak dari banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh peserta. Penyampaian materi menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh peserta dan diselingi dengan humor. Cara penyajian dilakukan dengan menggunakan powerpoint dan viewer serta ditunjang dengan sound system yang memadai. Presentasi juga tidak hanya teoritis namun juga disertai dengan gambar dan contoh-contoh kasus. Hal ini akan lebih memperjelas apa yang ingin disampaikan penyuluh kepada peserta yang sudah lanjut usia interpretasi data yang

Semakin dini penyakit hipertensi diketahui dan ditangani maka komplikasi yang ditimbulkan dapat diminimalkan, Kegiatan serupa yang pernah dilakukan di Serang Banten, Desa Sukamenak dengan jumlah responden sebanyak 50 lansia, dalam hal ini responden sangat antusias dalam mengikuti kegiatan tersebut.

Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan pemahaman bagaimana penanganan dan pencegahan hipertensi sedari dini di guwosari pajangan Bantul DIY.

kegiatan pengabdian yaitu ceramah, tanya jawab dan pemeriksaan tekanan darah. Media yang digunakan pengabdian adalah Laptop, LCD, dan juga ada beberapa alat dan bahan.

tekanan darah menunjukkan bahwa terdapat 30 lansia yang mengalami hipertensi.

Selanjutnya, selain dalam bentuk ceramah dan tanya jawab, dalam penyuluhan penanganan dan pencegahan hipertensi ini juga dilakukan pemeriksaan tekanan darah kepada seluruh peserta. Sehingga peserta dapat benar-benar mengetahui kondisi kesehatannya dan bila perlu dapat melakukan konsultasi lebih lanjut. Program penyuluhan penanganan dan pencegahan hipertensi ini dapat memberi informasi ke arah perubahan perilaku dan kesadaran warga lansia dalam menjaga kesehatannya. Adanya partisipasi secara aktif dapat meningkatkan upaya pencegahan dan penanganan hipertensi. Semakin dini penyakit hipertensi diketahui dan ditangani maka komplikasi yang ditimbulkan dapat diminimalkan.



Gambar 1. Dokumentasi Pemeriksaan Tekanan Darah di Desa guwosari pajangan Pleret Bantul DIY

KESIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan penyuluhan ini yaitu Peserta penyuluhan antusias mengikuti seluruh kegiatan ceramah dan pemeriksaan tekanan darah yang diadakan tim Pengabdian adanya peningkatan pengetahuan para lansia terhadap penyebab, gejala, faktor risiko, tindakan penchance peserta penanganan awal hipertensi

yang harus dilakukan. Kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai penanganan dan pencegahan hipertensi diharapkan dapat menurunkan angka morbiditas dan mortalitas hipertensi sehingga tercapai derajat kesehatan yang optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Fadli, R. (2018). *Hipertensi*.
<https://www.halodoc.com/kesehatan/hipertensi>.
- Kemkes RI. (2016). *Gerakan PHBS Sebagai Langkah Awal Menuju Peningkatan Kualitas Kesehatan Masyarakat*.
<https://promkes.kemkes.go.id/phbs>.
- Kemkes RI. (2016). *PHBS*. Jakarta:
<http://promkes.kemkes.go.id/phbs>.
Diakses pada 28 Agustus 2020.
- Kemkes RI. (2019). *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Didap Masyarakat*. Jakarta:
<https://www.kemkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html>.
- Natsir, MF. (2019). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Tatanan Rumah Tangga Masyarakat Desa Parang Baddo*. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan Volume 1* Nomor 3 Februari tahun 2019
<https://journal.unhas.ac.id/index.php/jnik/article/view/6120>
<http://orcid.org/0000-0003-1585-1169>.
- Razi, et al. (2020). *Bunga Rampai COVID-19: Buku Kesehatan Mandiri untuk Sahabat*. Depok: PD Prokami.
- Sulaeman dan Supriadi. (2020). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Desa Jelantik Dalam Menghadapi Pandemi Corona Virus Diseases-19 (Covid-19). *Jurnal Pengabdian UNDIKMA Volume 1 Nomor 1 tahun 2020* <https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/jpu/article/view/2548> DOI:
<https://doi.org/10.33394/jpu.v1i1.2548>.
- Susilo, et al. (2020). Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia Volume 7*

Nomor 1 tahun 2020

<http://jurnalpenyakitdalam.ui.ac.id/index.php/jpdi/article/view/415> DOI:

<http://dx.doi.org/10.7454/jpdi.v7i1.415>.

Sutarga, IM. (2017). HIPERTENSI DAN PENATALAKSANAANNYA. *Tesis Universitas Udayana*, https://simdos.unud.ac.id/uploads/file_penelitian_1_dir/8632749571344b5ee00a442860cce27b.pdf.

Tinambunan, AD. (2021). IMPLEMENTASI PELAYANAN PROMOTIF DAN PREVENTIF UNTUK PENYAKIT HIPERTENSI DI PUSKESMAS TEGAL SARI KECAMATAN MEDAN DENAI TAHUN 2020. *Skripsi Universitas Sumatera Utara*, <https://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/30760/161000217.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

WHO. (2021). Vismita Gupta : Episode #59 - Flu & COVID-19. *Media resources Science in 5* https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/media-resources/science-in-5/episode-59---flu-covid-19?gclid=EAIaIQobChMI3P2R25Kn9gIVKplmAh2Y3g9wEAAAYASAAEgLTR_D_BwE.

Widiyani, R. (2020). *Latar Belakang Virus Corona, Perkembangan hingga Isu Terkini*. <https://news.detik.com/berita/d-4943950/latar-belakang-virus-corona-perkembangan-hingga-isu-terkini>.

Zukmadini, et al. (2020). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan COVID-19 Kepada Anak-Anak di Panti Asuhan. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA Volume 3 Nomor 1 Juli tahun 2020* <https://jppipa.unram.ac.id/index.php/jpmipi/article/view/440> DOI: 10.29303/jpmipi.v3i1.440.