

Pencegahan Hipertensi Melalui Edukasi di Sungai Bangkong, Pontianak Kota, Kota Pontianak, Kalimantan Barat

Namira Adha¹, Dyah Utari², Fandita Tonyka. M³

^{1,2,3} Kesehatan Masyarakat, UPN Veteran Jakarta

E-mail: dyahutari@upnvj.ac.id

Article History

Received: 16/6/2022

Revised: 24/6/2022

Accepted: 29/6/2022

Keywords: Hypertension,
Prevention, Health Promotions

Abstract: Hypertension is one non-communicable disease whose prognosis is influenced by lifestyle. A healthy lifestyle is influenced by one's knowledge. Increased knowledge is the key to prevention and management of hypertension. This community service aims to increase public knowledge about the prevention and management of hypertension. From the evaluation results, it was found that there was an increase in knowledge of 35% after health promotion interventions through counseling. It is hoped that similar interventions can be carried out routinely and to the wider community

PENDAHULUAN

Sehat adalah keadaan sehat baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis (UU Nomor 36 RI, 2009). Kesehatan adalah suatu keadaan sejahtera fisik, mental dan sosial yang utuh dan bukan hanya bebas dari penyakit atau kelemahan (WHO, 2011). Kesehatan masyarakat memiliki pengertian sebagai bentuk maupun kegiatan terpadu antara sanitasi dan pengobatan dalam mencegah penyakit yang melanda penduduk atau masyarakat. Kesehatan masyarakat sendiri bertujuan untuk mencegah penyakit, memperpanjang usia harapan hidup, dan meningkatkan kesehatan penduduk (masyarakat) (Kemenkes RI, 2016).

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyakit yang berlangsung cenderung lama dan merupakan hasil kombinasi faktor genetik, fisiologis, lingkungan, dan perilaku. Biasanya PTM terdiri dari penyakit kardiovaskular, kanker, penyakit pernapasan kronik, dan diabetes. PTM biasa terjadi di negara berpenghasilan menengah ke bawah. Selain itu, Penyakit Tidak Menular (PTM) juga tidak memandang kelompok usia. Dibuktikan dengan 15 juta dari seluruh kematian akibat PTM terjadi antara usia 30-69 tahun (WHO, 2018).

Pengabdian menetapkan penyakit Hipertensi menjadi prioritas masalah dalam Lingkungan ini berdasarkan metode Hanlon. Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan paling banyak disandang masyarakat (Kemenkes RI, 2019). Hipertensi yang berarti tekanan darah tinggi merupakan kondisi medis di mana terjadi peningkatan tekanan darah secara kronis (dalam jangka waktu lama), hingga $\geq 140/90$ mmHg. Hipertensi merupakan salah satu faktor risiko untuk stroke, serangan jantung, gagal jantung dan aneurisma arterial serta merupakan penyebab utama gagal jantung kronis (Damayanti, 2012).

Hipertensi sering disebut dengan the silent killer karena sering tanpa keluhan, sehingga penderita tidak mengetahui dirinya mengidap hipertensi dan baru diketahui setelah terjadi

komplikasi. Kerusakan organ target akibat komplikasi Hipertensi akan tergantung kepada besarnya peningkatan tekanan darah dan lamanya kondisi tekanan darah yang tidak terdiagnosis dan tidak diobati. Organ-organ tubuh yang menjadi target antara lain otak, mata, jantung, ginjal, dan dapat juga berakibat kepada pembuluh darah arteri perifer. Berdasarkan data Riskesdas 2018 Provinsi Kalimantan Barat menempati urutan kelima prevalensi Hipertensi pada penduduk umur ≥ 18 tahun dan di atas prevalensi nasional Indonesia (34,1%) (Kemenkes RI, 2018). Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan dan tata laksana hipertensi

METODOLOGI PENGABDIAN

Pelaksanaan pengabdian bertempat di RT 07/RW 08 Kelurahan Sungai Bangkong, Kecamatan Pontianak Kota, Kota Pontianak, Kalimantan Barat pada bulan Maret 2022. Pengabdian Kepada Masyarakat ini merupakan bagian dari Program Pengalaman Belajar Lapangan (PBL) Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Sasaran audiens ialah pemangku kebijakan setempat (Ketua RT 07) serta keluarga yang sebelumnya diwawancarai dan memiliki riwayat penyakit Hipertensi.

Pengabdian Kepada Masyarakat ini meliputi tiga kegiatan yaitu:

1. Analisis Situasi

Sebelum dilakukan advokasi dan intervensi, dilakukan terlebih dahulu perencanaan kegiatan yang akan dilakukan. Dalam menyusun perencanaan kegiatan, diperlukan analisis situasi. Sebelumnya telah didapatkan hasil dari wawancara pemangku kebijakan setempat yaitu bersama Bapak Ketua RT 007 dan 10 Keluarga Binaan yang berada di wilayah RT 007.

2. Intervensi

Sasaran kegiatan intervensi kesehatan adalah perwakilan anggota keluarga binaan yang memiliki riwayat penyakit Hipertensi di wilayah RT 007/RW 008. Tujuan dari intervensi kesehatan terkait Penyakit Hipertensi ini ialah untuk meningkatkan pengetahuan mengenai penyakit tersebut yang mana dihaapkan dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari keluarga yang menerima intervensi tersebut. Intervensi dilakukan pada tanggal 2 April 2022 dengan waktu yang tentatif bergantung pada waktu luang sasaran intervensi, dan secara door to door.

Tabel1 - Satuan Acara Penyuluhah (SAP) Intervensi

No.	Waktu	Kegiatan	Peserta	Media dan Metode
1.	5 menit	Pembukaan: <ul style="list-style-type: none"> - Membuka kegiatan intervensi dengan mengucapkan salam dan memperkenalkan diri - Menjelaskan tujuan sebelumnya. - Menjelaskan topik yang akan dibahas (Prioritas masalah adalah 	<ul style="list-style-type: none"> - Menjawab salam - Mendengarkan - Berinteraksi - Melaksanakan <i>Pre-Test</i> 	Presentasi

		<p>penyakit hipertensi)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Menjelaskan mekanisme gambaran kegiatan - Memberikan soal pre-test sebelum memulai materi intervensi. 		
2.	20 Menit	<p>Materi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Menjelaskan pengertian Hipertensi - Menjelaskan jenis hipertensi - Menjelaskan klasifikasi hipertensi - Menjelaskan tanda hipertensi - Menjelaskan faktor risiko hipertensi - Menjelaskan tatalaksana hipertensi - Menjelaskan program KEMENKES, terkait pencegahan dengan CERDIK dan pengendalian dengan PATUH 	<ul style="list-style-type: none"> - Memperhatikan materi intervensi - Mendengarkan dan memahami 	PPT+Flyer Presentasi
3.	5 Menit	Sesi tanya jawab dengan peserta intervensi	<ul style="list-style-type: none"> - Kurang aktif bertanya - Menanggapi materi 	PPT+Flyer Tanya Jawab
4.	5 Menit	Sesi <i>Post-Test</i> mengenai materi intervensi yang sudah diberikan	<ul style="list-style-type: none"> - Melaksanakan <i>Post-Test</i> - Memahami kembali 	Kertas Soal
5.	5 Menit	Penutupan dan dokumentasi	<ul style="list-style-type: none"> - Menjawab salam - Dokumentasi 	Presentasi

Metode yang digunakan adalah metode ceramah yang didukung dengan tampilan slide power point dan flyer. Kegiatan intervensi kesehatan didukung dengan media elektronik berupa power point, e-flyer, dan media cetak berupa flyer yang diberikan

pada masing-masing perwakilan keluarga yang menerima intervensi.

3. Evaluasi

Pada saat pelaksanaan kegiatan intervensi, penulis memberikan pre-test pada saat sebelum pemaparan materi untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta sebelum menerima intervensi. Setelah materi diberikan, penulis memberikan post-test untuk mengetahui perubahan pengetahuan peserta setelah menerima materi intervensi yang disampaikan tersebut. Kegiatan evaluasi ini bertujuan untuk melihat efektivitas intervensi yang dilaksanakan

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. TAHAP ANALISIS SITUASI

Hasil wawancara pada tahap analisis situasi bersama Ketua RT 007 tersebut ialah saat itu masalah kesehatan yang tampak di wilayah tersebut adalah penyakit-penyakit degeneratif seperti Hipertensi, Diabetes, Kolesterol. Hal tersebut diperkirakan karena memang mayoritas warga yang ada di lingkungan RT 007 sudah berusia lanjut (lansia). Sedangkan untuk hasil dari wawancara dengan 10 keluarga binaan, didapatkan permasalahan-permasalahan yang ada pada lingkungan tersebut antara lain, Hipertensi, Diabetes Melitus, COVID-19, Pemberantasan Sarang Nyamuk, dan Kurangnya Penerimaan Informasi Gizi. Lalu untuk mendapatkan prioritas utama permasalahan Kesehatan tersebut Penulis menggunakan metode Hanlon, sebagai berikut:

Tabel 1 - Penentuan Prioritas Masalah dengan Metode Hanlon

Masalah Kesehatan	Kriteria A	Kriteria B	Kriteria C	NPD	Kriteria D	NPT	PRIORITAS
Hipertensi	10	7,67	3	76,02	1	76,02	I
Diabetes Melitus	9	7,67	3	73,02	1	73,02	II
COVID-19	10	9,67	1	29,34	1	29,34	V
Pemberantasan Sarang Nyamuk (PSN)	5	6	4	68	1	68	III
Penerimaan Informasi Gizi	5	5	3	45	1	45	IV

Berdasarkan skoring yang dilakukan dengan metode Hanlon di atas, didapatkan prioritas utama masalah kesehatan di wilayah RT 007/RW 008 Kelurahan Sungai Bangkong ini adalah Penyakit Hipertensi. Selanjutnya kembali dilakukan diskusi atau upaya advokasi dengan menyampaikan masalah dan hasil yang ada tersebut kepada Bapak Ketua RT 007, lalu Beliau mengatakan setuju untuk dilakukan intervensi mengenai hal tersebut karena sepengetahuan Beliau cukup banyak warga yang menderita penyakit tersebut dan penyakit tersebut cukup penting untuk diketahui masyarakat agar dapat dicegah sedini mungkin.

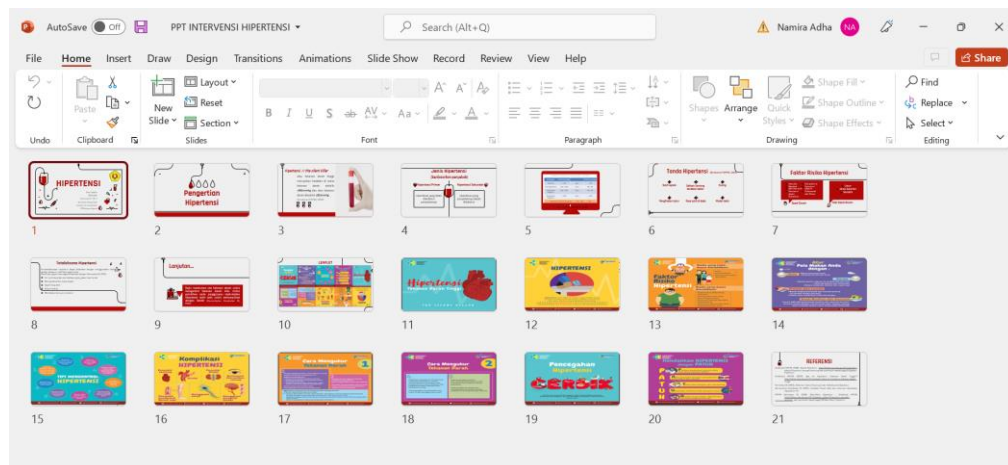
2. TAHAP INTERVENSI

Kegiatan intervensi dilakukan pada Sabtu, 2 April 2022, dengan waktu yang tentatif bergantung pada kesediaan para sasaran intervensi, karena intervensi dilakukan secara door to door. Pelaksanaan kegiatan intervensi diawali dengan kalimat pembuka berupa salam dan perkenalan diri. Sebelum dimulai pemaparan, penulis membagikan soal pre-test kepada peserta dan mengumpulkannya kembali. Selanjutnya penulis memaparkan materi mengenai

Hipertensi. Setelah pemaparan selesai, selanjutnya penulis memberikan Flyer tersebut, serta menjelaskan secara singkat isi dari flyer tersebut dengan menampilkan E-flyer melalui laptop. Kemudian dilakukan post-test dan salam penutup



Gambar 1- Intervensi Kesehatan Kepada Keluarga



Gambar 2: Slide Power Point Hipertensi



Gambar 3: Flyer

3. TAHAP EVALUASI

Tabel 1 - Hasil Rekapitulasi Pre-test dan Post-Test Intervensi

No.	Nama	Peran	<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>
1.	Fi	Anggota Keluarga	80	100
2.	Hr	Penderita Hipertensi	60	100
3.	Ds	Anggota Keluarga	60	100
4.	Tr	Penderita Hipertensi	60	100
Rata-Rata			65	100
Kenaikan Pengetahuan			35%	

Tabel 3 - Analisis Soal Pre Test Intervensi

No.	Nama	Nomor Pertanyaan				
		1	2	3	4	5
1.	Fi	√	√	√	√	×
2.	Hr	√	√	×	√	×
3.	Ds	√	√	×	√	×
4.	Tr	√	√	×	√	×

Untuk soal Post-Test Intervensi seluruh audiens telah menjawab soal-soal dengan benar (100%). Adapun berikut ini bentuk analisis pertanyaan pre-test:

1. Pertanyaan 1 “Seseorang dikatakan Hipertensi jika tekanan darahnya berada pada”: seluruh audiens jawabannya benar.
2. Pertanyaan 2 “Berikut merupakan faktor risiko hipertensi yang tidak dapat diubah”: seluruh audiens jawabannya benar.
3. Pertanyaan 3 “Berdasarkan penyebabnya, hipertensi dibagi menjadi 2, yaitu”: 3 dari 4 audiens jawabannya salah (75% jawabannya salah).

4. Pertanyaan 4 “Penglihatan yang kabur merupakan salah satu di antara tanda kita mengalami Hipertensi“ : seluruh audiens jawabannya benar.
5. Pertanyaan 5 “Apa nama Program dari Kementerian Kesehatan yang bertujuan untuk mengendalikan Penyakit Hipertensi“: seluruh audiens jawabannya salah (100% jawabannya salah).

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test didapatkan adanya peningkatan pengetahuan dari para penerima intervensi terkait Hipertensi sebesar 35%. Dengan adanya peningkatan tersebut, diharapkan para penerima intervensi tersebut dan menerapkan maupun meneruskan informasi tersebut dalam kehidupannya kedepan hingga berdampak pada peningkatan derajat kesehatan masyarakat.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan prioritas utama masalah kesehatan yang ada di RT 007/RW 008 adalah Hipertensi. Setelah itu, dilakukan advokasi kesehatan kepada Ketua RT 007/RW 008 terkait permasalahan kesehatan yang ditemukan penulis tersebut dan rencana intervensi sebagai tindak lanjutnya. Advokasi yang dilakukan penulis ialah dengan metode Lobi guna mendapatkan perizinan dan dukungan dalam pelaksanaan intervensi yang akan dilakukan kemudian. Untuk intervensi kesehatan dilakukan secara door to door, penulis memaparkan materi dengan metode ceramah dan media power point, flyer serta membagikan soal pre-test dan post-test sebagai indikator keberhasilan terlaksananya intervensi. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test diketahui bahwa terjadi peningkatan nilai yang berarti adanya peningkatan pengetahuan pada sasaran intervensi tersebut. Maka dari itu, disimpulkan bahwa para penerima intervensi tersebut mengerti akan materi intervensi yang telah disampaikan oleh penulis

- a. Diperlukan adanya perhatian lebih dari pemangku kepentingan, kader kesehatan, dan puskesmas setempat untuk mengatasi permasalahan-permasalahan kesehatan masyarakat, khususnya Hipertensi disini.
- b. Diperlukan adanya kebijakan bekerjasama antara pemangku kepentingan setempat dengan instansi Kesehatan setempat sebagai bentuk upaya pencegahan maupun pengendalian penyakit Hipertensi di wilayah RT007/RW008 Kelurahan Sungai Bangkong, Kecamatan Pontianak Kota, Kota Pontianak.
- c. Diharapkan masyarakat yang telah mengikuti intervensi agar mengaplikasikan ilmu ataupun pemahaman yang telah didapat dan menyebarluaskan pada masyarakat lainnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih pengabdian haturkan kepada Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, serta Warga dan Tokoh Masyarakat di Kelurahan Sungai Bangkong, Kecamatan Pontianak Kota, Kota Pontianak, Kalimantan Barat.

DAFTAR REFERENSI

- Damayanti, I (2012). “Penyakit Pada Lansia,” Direktori File UPI tersedia di http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR._PEND._KESEHATAN_%26_REKREASI/PRODI_ILMU_KEOLAHRAGAAN/198007212006042-IMAS_DAMAYANTI/Penyakit_pada_Lansia.pdf. [diakses 2 Mei 2022].
- Euro (2011). “Designing the road to better health and well-being in Europe,” tersedia di https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/152184/RD_Dastein_speech_wellbeing_07Oct.pdf.
- Kemendes RI (2013) *Kurikulum dan Modul Pelatihan Teknis Tentang Pengelolaan Advokasi Kesehatan*.
- Kemendes RI (2016). *Modul Bahan Ajar Kesehatan Masyarakat*. Available at: <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/08/Kesehatan-Masyarakat-Komprehensif.pdf>.
- Kemendes RI (2019). *Hari Hipertensi Dunia 2019: “Know Your Number, Kendalikan Tekanan Darahmu dengan CERDIK,”* Available at: <http://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/dki-jakarta/hari-hipertensi-dunia-2019-know-your-number-kendalikan-tekanan-darahmu-dengan-cerdik> [diakses, 30 Maret 2022].
- Susilowati, D. (2016) *Promosi Kesehatan : Bahan Ajar Keperawatan*. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta : PUSDIK SDM Kesehatan.
- Undang-Undang Nomor 36 tahun 2009 tentang “*Kesehatan*,” Jakarta : Sekretariat Negara