

**PENDIDIKAN KESEHATAN DAN PELATIHAN PENGUKURAN TEKANAN DARAH  
PADA IBU PKK DI KELURAHAN TEWAAN KECAMATAN RANOWULU KOTA  
BITUNG**

*Training On Health Education And Blood Pressure Measurement For The Family Welfare  
Program Members At Tewaan Subdistrict, Ranowulu District, Bitung City*

**Kristine Dareda<sup>1</sup>, Dian Pratiwi Iman<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Nurse Study Program, University of Muhammadiyah Manado

<sup>2</sup>D3 Midwifery Study Program, University of Muhammadiyah Manado

*kristinedareda01@gmail.com*

---

**Article History:**

Received: 30 April 2022

Revised: 28 Mei 2022

Accepted: 30 Juni 2022

**Keywords:** Hypertension,  
Blood pressure

**Abstract:** Hypertension is one of the non-communicable diseases which becomes the main cause of premature death in the world. During the COVID-19 pandemic, hypertension has emerged rapidly as a major comorbidity that has the potential to be associated with the increasing of Covid-19 mortality. Family support for people with hypertension can improve health quality and increase adherence to self-care practices related to blood pressure control management. The family welfare program community are the main pillar and have a crucial role in their family to make their members live healthier and get more prosperous lives. The aim of this community service program was to increase the knowledge of the family welfare program members about hypertension, its risk factors and dangers as well. Besides, it provided training on blood pressure measurement so they can practice it independently. The community service program was carried out on June 28, 2022, at the Tewaan Village Office, district of Ranowulu, Bitung City, North Sulawesi Province. The procedures employed were preparation, implementation and evaluation. At last, the team gave over the sphygmomanometer and taking a group photo session with all participants and the village officials.

---

**Abstrak.** Hipertensi merupakan satu dari penyakit tidak menular yang menjadi penyebab utama kematian prematur di dunia. Dalam masa pandemi COVID-19, hipertensi muncul dengan cepat sebagai komorbiditas utama yang berpotensi terkait dengan peningkatan mortalitas Covid-19. Dukungan keluarga pada penderita hipertensi dapat meningkatkan kesehatan serta meningkatkan kepatuhan terhadap praktik perawatan diri yang terkait dengan manajemen kontrol

tekanan darah. Ibu PKK merupakan tonggak yang utama dan memiliki peranan penting dalam sebuah keluarga sehingga diharapkan dapat membuat anggota keluarganya hidup lebih sehat dan sejahtera. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan Ibu PKK tentang hipertensi, faktor risiko dan bahayanya. Serta memberikan pelatihan agar Ibu PKK dapat melakukan pengukuran tekanan darah secara mandiri. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan tanggal 28 Juni 2022, bertempat di Kantor Kelurahan Tewan, Kec. Ranowulu, Kota Bitung, Provinsi Sulawesi Utara. Kegiatan pengabdian dilakukan melalui tahapan persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Kegiatan ditutup dengan penyerahan tensimeter serta foto bersama antara pemateri dengan seluruh peserta dan perangkat kelurahan

**Kata Kunci:** Hipertensi, Tekanan darah

## PENDAHULUAN

Menurut WHO meningkatnya penyakit tidak menular terutama didorong oleh beberapa faktor risiko yaitu pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, kelebihan berat badan/obesitas, peningkatan tekanan darah, peningkatan gula darah dan peningkatan kadar kolesterol, penggunaan tembakau, serta penggunaan alkohol yang berbahaya (Profil Kesehatan Indonesia, 2020) Seiring dengan percepatan pertumbuhan ekonomi, peningkatan urbanisasi, terjadinya perubahan iklim serta transisi pekerjaan dan kemajuan teknologi menyebabkan terjadinya pola hidup *sedentary* di masyarakat yang kemudian berdampak pada timbulnya beban ganda akibat PTM dan penyakit infeksi *emerging*. Gambaran beban ganda semakin terlihat nyata saat masa pandemi Covid-19 sekarang ini (Profil Kesehatan Indonesia, 2020). Dalam masa pandemi COVID-19, hipertensi muncul dengan cepat sebagai komorbiditas utama yang berpotensi terkait dengan peningkatan mortalitas Covid-19 (Edmonston, et al., 2020).

Hipertensi merupakan satu dari penyakit tidak menular yang menjadi penyebab utama kematian prematur di dunia. WHO mengestimasi saat ini prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia (Infodantin, 2019). Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan angka prevalensi hipertensi pada penduduk > 18 tahun berdasarkan pengukuran secara nasional sebesar 34,1%. Provinsi Sulawesi Utara berada di tingkat pertama dengan prevalensi mencapai angka 13,5 % (Kemenkes, 2018). Kota Bitung merupakan kota yang berada di urutan ke dua di Provinsi Sulawesi Utara dengan jumlah kasus hipertensi terbanyak setelah Kabupaten Minahasa (Dinkes Provinsi Sulut, 2018).

Hipertensi menjadi ancaman kesehatan masyarakat karena potensinya yang mampu mengakibatkan kondisi komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal (WHO, 2021). Adanya penyakit tidak menular menimbulkan konsekuensi kesehatan yang berdampak bagi individu, keluarga dan komunitas, serta mengancam sistem kesehatan (Infodantin, 2019). Besarnya biaya sosial ekonomi yang disebabkan oleh PTM membuat pencegahan dan pengendalian penyakit ini menjadi hal yang penting (Profil Kesehatan Indonesia, 2020).

Upaya pengendalian hipertensi lebih *cost effective* dapat melalui pendekatan non farmakologis. Program promosi kesehatan dan pencegahan penyakit yang berbasis masyarakat merupakan upaya intervensi yang lazim dilakukan dalam mengelola penyakit kronis termasuk hipertensi dan penyakit kardiovaskuler lainnya. Selain itu, program berbasis masyarakat juga mampu menjangkau masyarakat yang memiliki keterbatasan sosial ekonomi (Fauzi, 2020). Upaya

promotif dan preventif diperlukan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat untuk melakukan deteksi dini melalui pengukuran tekanan darah secara rutin serta kepatuhan untuk mengkonsumsi obat secara rutin. Langkah ini diyakini sebagai bentuk pengendalian penyakit hipertensi berupa penurunan jumlah kasus, komplikasi, dan kematian akibat hipertensi (Infodantin, 2019).

## **METODE**

Sasaran utama dalam pengabdian masyarakat ini adalah Ibu-ibu PKK yang ada di Kelurahan Tewaan, Kecamatan Ranowulu, Kota Bitung. Penyampaian materi pada kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan menggunakan metode ceramah dan media berupa power point dan leaflet. Kemudian dilakukan evaluasi berupa praktik pengukuran tekanan darah oleh peserta untuk mengetahui pemahaman peserta tentang cara pengukuran tekanan darah yang baik dan benar. Waktu pelaksanaan yaitu hari Selasa tanggal 28 Juni 2022, pukul 13.00 s/d 15.00 WITA.

## **HASIL**

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Kantor Kelurahan Tewaan. Sebanyak 35 peserta terlibat dalam kegiatan ini. Kegiatan pengabdian secara umum berjalan dengan lancar. Lurah dan Perangkat Kelurahan membantu mempersiapkan tempat dan mengkoordinir peserta.

Sebelum melakukan kegiatan pendidikan kesehatan, pemateri memperkenalkan diri terlebih dahulu kemudian mencoba menggali pengetahuan dasar tentang hipertensi. Setelah menggali pengetahuan dasar kemudian pemateri mulai memaparkan materi mengenai tentang hipertensi, gejala, komplikasi serta cara pencegahannya. Selama kegiatan berlangsung tampak peserta antusias dan memerhatikan isi materi. Kegiatan pemberian materi berlangsung selama kurang lebih 45 menit dan di akhir sesi pemateri memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengajukan pertanyaan terkait materi yang telah disampaikan. Didapatkan 2 pertanyaan dari peserta terkait isi materi.

Setelah menjawab pertanyaan dari peserta, kegiatan dilanjutkan dengan praktik pemeriksaan tekanan darah. Peserta dibagi menjadi 8 kelompok, tiap kelompok terdiri dari 2 orang. Awalnya dipraktikkan bagaimana cara menggunakan alat, memasang manset, memosisikan pasien dengan benar dan membaca hasil dari pemeriksaan tekanan darah pasien, kemudian diikuti oleh peserta. Setiap peserta mempraktikkan satu persatu kepada peserta yang lain secara bergantian. Narasumber melihat apakah peserta telah melakukan pemeriksaan dengan benar atau tidak. Jika ada yang salah maka narasumber akan memberitahukan kesalahannya dan diajarkan kembali. Kegiatan ditutup dengan penyerahan tensimeter serta foto bersama antara pemateri dengan seluruh peserta dan perangkat kelurahan.

## **DISKUSI**

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat tentang pendidikan kesehatan dan pelatihan tekanan darah didapatkan beberapa ibu-ibu PKK di Kelurahan Tewaan memiliki tekanan darah yang tinggi, Hipertensi ditandai dengan hasil pengukuran tekanan darah yang menunjukkan tekanan sistolik sebesar  $> 140$  mmHg atau dan tekanan diastolik sebesar  $> 90$  mmHg. Pengukuran tekanan darah dilakukan sesuai dengan standar British Society of Hypertension menggunakan alat sphygmomanometer air raksa, digital atau aneroid yang telah ditera (Infodantin, 2021). Setelah

mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat, ibu-ibu PKK dikelurahan tewaun menjadi tau tentang tekanan darah mereka dan bagaimana mengukur tekanan darah serta bagaimana cara mencegah hipertensi.

## KESIMPULAN

1. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah berjalan baik dan mendapatkan respon yang antusias dari para peserta.
2. Peserta dapat memahami materi dan mempraktikkan cara pengukuran tekanan darah dengan baik dan benar.

## PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang terlibat dalam kegiatan ini, Universitas Muhammadiyah Manado, unit BPPM Universitas Muhammadiyah Manado, Ibu Lurah dan Ibu-ibu PKK yang ada di Kelurahan Tewaun, Kecamatan Ranowulu, Kota Bitung.

## DAFTAR REFERENSI

- Edmonston, D. L., South, A. M., Sparks, M. A., & Cohen, J. B. (2020). Coronavirus Disease 2019 and Hypertension: The Role of Angiotensin-Converting Enzyme 2 and the Renin-Angiotensin System. *Advances in Chronic Kidney Disease*, 27(5):404–411. <https://doi.org/10.1053/j.ackd.2020.07.002>
- Shibata, S., Arima, H., Asayama, K., Hoshida, S., Ichihara, A., Ishimitsu, T., Kario, K., Kishi, T., Mogi, M., Nishiyama, A., Ohishi, M., Ohkubo, T., Tamura, K., Tanaka, M., Yamamoto, E., Yamamoto, K., & Itoh, H. (2020). Hypertension and Related Diseases in The Era of COVID-19: A Report from The Japanese Society of Hypertension Task Force on COVID-19. *Hypertension Research*, 43(10), 1028–1046. <https://doi.org/10.1038/s41440-020-0515-0>
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). Sekretariat Jenderal Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020. -- Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Laporan Nasional Riskesdas 2018/ Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Kementerian Kesehatan RI. 2019. Pusat Data dan Informasi
- WHO. 2021. Hypertension. Diakses dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>. Tanggal 19 Maret 2022.