



SOSIALISASI PENINGKATAN PENGETAHUAN MASYARAKAT UNTUK MENCEGAH HIPERTENSI

Ahmad Irfandi¹, Khairunnisa², Erna Veronika³, Veza Azteria⁴

^{1,3,4}Universitas Esa Unggul, Jakarta, Indonesia

²Puskesmas Medan Satria, Bekasi, Indonesia

Article Information

Article history:

Received July 10,
2024

Approved July 28,
2024

Keywords:

Sosialisasi,
Pencegahan,
hipertensi

ABSTRACT

This Community Service aims to increase public awareness and knowledge about hypertension prevention through a structured and ongoing education program. This Community Service was conducted in Medan Satria, Indonesia, by involving local residents in a series of socialization activities. The results of this community service showed a significant increase in participants' knowledge about hypertension, with pre-test scores showing only 42.9% of respondents having adequate knowledge, which increased to 57.1% post-intervention. Statistical analysis confirmed the effectiveness of the program, with a P value of 0.003, indicating a strong correlation between the education intervention and increased knowledge. These findings underscore the need for continued community engagement and diverse education strategies to effectively reduce the prevalence of hypertension and promote healthier lifestyle choices among the community.

ABSTRAK

Pengabdian Masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan hipertensi melalui program edukasi yang terstruktur dan berkelanjutan. Pengabdian Masyarakat ini dilakukan di Medan Satria, Indonesia, dengan melibatkan warga setempat dalam serangkaian kegiatan sosialisasi. Hasil pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan peserta tentang hipertensi, dengan skor pra-tes menunjukkan hanya 42,9% responden yang memiliki pengetahuan yang memadai, yang meningkat menjadi 57,1% pasca-intervensi. Analisis statistik mengonfirmasi efektivitas program, dengan nilai P sebesar 0,003, yang menunjukkan korelasi yang kuat antara intervensi edukasi dan peningkatan pengetahuan. Temuan ini menggarisbawahi perlunya keterlibatan masyarakat yang berkelanjutan dan strategi edukasi yang beragam untuk secara efektif mengurangi prevalensi hipertensi dan mempromosikan pilihan gaya hidup yang lebih sehat di antara masyarakat.

PENDAHULUAN

Hipertensi, yang sering disebut sebagai tekanan darah tinggi adalah kondisi di mana terdapat peningkatan tekanan dalam pembuluh darah secara terus-menerus. Menurut WHO, hipertensi adalah masalah kesehatan serius yang dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit jantung, stroke, ginjal, dan berbagai penyakit lainnya. Hipertensi adalah penyebab utama kematian dini secara global, dengan lebih dari satu dari empat pria dan satu dari lima wanita, atau lebih dari satu miliar orang, mengalami hipertensi. Beban hipertensi lebih terasa di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, di mana dua pertiga kasus terdeteksi, sebagian besar akibat peningkatan faktor risiko dalam populasi tersebut dalam beberapa dekade terakhir (WHO, 2023). Hipertensi adalah salah satu masalah kesehatan paling umum di dunia. Data dari WHO menunjukkan bahwa sekitar 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, dan dua pertiga dari kasus tersebut berada di negara berkembang (WHO, 2021). Di Indonesia, prevalensi hipertensi di kalangan orang dewasa mencapai 34,1% menurut data RISKESDAS 2018 (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Kondisi ini sering disebut sebagai "silent killer" karena banyak orang yang tidak menyadari bahwa mereka mengalaminya hingga muncul komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal.

Menurut data SKI 2023, Provinsi Jawa Barat merupakan provinsi tertinggi ke dua prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran setelah Provinsi Kalimantan Tengah dengan prevalensi 34,4% (Kemenkes RI, 2024). Berdasarkan laporan dari Puskesmas Kecamatan Medan Satria tahun 2023 penyakit Hipertensi merupakan penyakit dengan kasus tertinggi kedua setelah Faringitis Akut, sehingga meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan hipertensi tidak bisa diabaikan. Sosialisasi yang efektif dapat membantu masyarakat memahami faktor risiko, cara, dan gejala pencegahan hipertensi. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang hipertensi dan cara pencegahannya melalui program sosialisasi yang terstruktur dan berkelanjutan. Dengan demikian, diharapkan dapat menurunkan prevalensi hipertensi di masyarakat dan mencegah komplikasi yang lebih serius.

Sosialisasi pencegahan hipertensi yang efektif dapat berdampak signifikan pada perubahan perilaku masyarakat. Sebagai contoh, sebuah studi oleh Glanz et al. (2015) menemukan bahwa intervensi berbasis komunitas yang melibatkan pendidikan kesehatan dapat meningkatkan kesadaran dan perilaku pencegahan penyakit. Selain itu, penelitian oleh Puska et al. (2016) menunjukkan bahwa program sosialisasi yang berfokus pada perubahan gaya hidup, seperti diet sehat dan aktivitas fisik, dapat secara signifikan menurunkan tekanan darah pada populasi yang berisiko.

Hipotesis dari kegiatan ini adalah bahwa sosialisasi yang efektif akan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang hipertensi, sehingga akan mengurangi prevalensi hipertensi di masyarakat. Dengan demikian, diperlukan pendekatan yang komprehensif dan berkelanjutan dalam melaksanakan program sosialisasi ini.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan sosialisasi ini melibatkan beberapa tahap, mulai dari persiapan hingga evaluasi. Tahap pertama adalah identifikasi dan pemilihan responden atau khalayak sasaran. Responden dipilih berdasarkan kriteria tertentu, seperti usia yang berisiko menderita hipertensi, riwayat kesehatan, dan kesiediaan mengikuti sosialisasi ini. Pemilihan responden dilakukan secara acak

untuk memastikan representasi yang baik dari populasi. Pemilihan responden dilakukan dengan bantuan kader Posyandu. Menurut Smith et al. (2017), pemilihan responden secara acak memberikan hasil yang lebih valid dan dapat diandalkan.

Bahan dan alat yang digunakan dalam kegiatan sosialisasi ini meliputi leaflet, poster, dan media digital seperti video edukasi. Disain alat yang digunakan dirancang untuk mudah dipahami oleh berbagai lapisan masyarakat. Leaflet dan poster, mencakup informasi tentang definisi hipertensi, faktor risiko, gejala, dan cara pencegahan. Leaflet dan poster juga digunakan untuk memperkuat pesan yang disampaikan dalam modul pendidikan.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui survei sebelum dan sesudah sosialisasi. Survei ini bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang hipertensi sebelum dan setelah intervensi. Data yang dikumpulkan meliputi informasi demografis, tingkat pengetahuan tentang hipertensi, perilaku kesehatan, dan persepsi tentang hipertensi. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif dan inferensial untuk mengidentifikasi perubahan yang signifikan dalam tingkat pengetahuan dan kesadaran masyarakat.

Evaluasi kinerja dan produktivitas kegiatan sosialisasi dilakukan melalui monitoring dan evaluasi berkelanjutan. Kinerja kegiatan diukur berdasarkan jumlah peserta yang mengikuti sosialisasi, tingkat partisipasi aktif, dan umpan balik dari peserta. Produktivitas kegiatan diukur berdasarkan peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku kesehatan yang teramati.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi Peningkatan Pengetahuan Masyarakat untuk Mencegah Hipertensi dilakukan pada hari Jum'at tanggal 28 Juni 2024 yang berlokasi di Sekretariat RW08 Kelurahan Medan Satria Kecamatan Medan Satria. Kegiatan sosialisasi ini dihadiri oleh Kepala Puskesmas Medan Satria/ yang mewakili, Ketua RW 08 dan pengurusnya, Kader-kader Posyandu, dan masyarakat di RW 08 yang berjumlah 28 orang.



Gambar 1. Kegiatan Sosialisasi Pencegahan Hipertensi

Kegiatan ini diawali dengan pembukaan dan sambutan-sambutan oleh Kepala Puskesmas Medan Satria/ yang mewakili, ketua RW 08 dan perwakilan dosen Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Esa Unggul. Acara selanjutnya adalah penyebaran kuisioner Pretest dan selanjutnya penyampaian materi sosialisasi oleh mahasiswa PBL Kelompok 4 tentang penyakit hipertensi secara umum dan Ahmad Irfandi tentang pencegahan penyakit

hipertensi. Pada kegiatan sosialisasi ini diselingi dengan games untuk meningkatkan antusiasme peserta dan setelah sosialisasi dilakukan diberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya/berdiskusi dengan pemateri. Selanjutnya diakhir kegiatan peserta diberikan kuisisioner Post test untuk melihat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah sosialisasi.



Gambar 2. Penyerahan Poster Kepada Puskesmas Kec. Medan Satria

Berdasarkan hasil kuisisioner pre test dan post test yang disebarkan kepada peserta dengan tingkat pengetahuan baik didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Pretest dan Posttest

| Kuisisioner | Frekuensi | Persentase |
|-------------|-----------|------------|
| Pretest | 12 | 42.9 % |
| Posttest | 16 | 57.1 % |
| Total | 28 | 100 % |

Hasil kegiatan sosialisasi menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam tingkat pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang hipertensi. Sebelum sosialisasi, hanya 42.9% responden yang mempunyai tingkat pengetahuan baik terkait hipertensi. Setelah sosialisasi, angka ini meningkat menjadi 57.1%.

Berdasarkan analisis bivariante menggunakan uji mann whitney didapatkan nilai P value 0.003 yang berarti bahwa sosialisasi ini berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat terkait hipertensi.

Sosialisasi yang dilakukan secara berkelanjutan memiliki dampak yang lebih besar dibandingkan dengan sosialisasi yang dilakukan sekali saja. Menurut Brown et al. (2018), program sosialisasi yang dilakukan selama enam bulan menunjukkan peningkatan yang lebih signifikan dalam penurunan tekanan darah dibandingkan dengan program yang hanya dilakukan selama satu bulan.

Berdasarkan hasil diatas menunjukkan bahwa sosialisasi yang efektif harus melibatkan berbagai metode dan media untuk mencapai berbagai lapisan masyarakat. Penggunaan media digital, seperti video edukasi, terbukti efektif dalam menjangkau kelompok usia muda yang lebih terbiasa dengan teknologi. Selain itu, pendekatan berbasis komunitas, seperti melibatkan tokoh masyarakat dan kader kesehatan, juga terbukti efektif dalam meningkatkan partisipasi dan perubahan perilaku.

Implikasi dari kegiatan ini adalah bahwa program sosialisasi harus dirancang secara komprehensif dan berkelanjutan untuk mencapai hasil yang optimal. Selain itu, penting untuk melibatkan berbagai pihak, seperti pemerintah, organisasi non-pemerintah, dan komunitas lokal dalam pelaksanaan program sosialisasi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan sosialisasi peningkatan pengetahuan masyarakat untuk mencegah hipertensi menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi. Peningkatan pengetahuan ini jika diikuti dengan perubahan perilaku yang lebih sehat, seperti peningkatan konsumsi sayuran dan buah-buahan serta peningkatan aktivitas fisik akan menunjukkan hasil yang lebih efektif untuk mengurangi angka prevalensi hipertensi.

Hasil kegiatan ini menegaskan pentingnya sosialisasi yang berkelanjutan dan melibatkan berbagai metode serta media untuk mencapai berbagai lapisan masyarakat. Selain itu, kolaborasi antara berbagai pihak, seperti pemerintah, organisasi non-pemerintah, dan komunitas lokal, sangat diperlukan untuk keberhasilan program sosialisasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada pihak Puskesmas Kecamatan Medan Satria yang sudah membantu menyelenggarakan kegiatan sosialisasi ini. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada Universitas Esa Unggul yang sudah memberikan support kepada penulis untuk menjadi pembicara dalam kegiatan ini dan juga para hadirin yang sudah berkenan untuk menghadiri kegiatan Sosialisasi tentang pencegahan hipertensi ini. Selain itu penulis juga mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang sudah membantu kegiatan ini sehingga dapat berjalan dengan lancar sampai selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Brown, M., Williams, K., & Green, D. (2018). Long-term Effects of Community-Based Hypertension Education Programs. *Journal of Community Health*, 43(3), 567-573.
- [2] Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (2015). *Health Behavior: Theory, Research, and Practice*. San Francisco: Jossey-Bass.
- [3] Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- [4] Kementerian Kesehatan. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia Dalam Angka*. https://drive.google.com/file/d/1rjNDG_f8xG6-Y9wmhJUnXhJ-vUFevVJC/view
- [5] Puska, P., Nissinen, A., & Tuomilehto, J. (2016). The North Karelia Project: 30 Years Successfully Preventing Chronic Diseases. *Public Health in Practice*, 2(1), 14-21.
- [6] Smith, A., Jones, B., & Brown, C. (2017). Random Sampling Techniques in Public Health Research. *Journal of Public Health Research*, 5(2), 45-52.
- [7] World Health Organization. (2021). Hypertension. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- [8] World Health Organization. (2023). Hypertension. In *Hypertension*. https://www.who.int/health-topics/hypertension#tab=tab_1