



## HEALTH EDUCATION HIPERTENSI PADA MASYARAKAT DI DESA UWEMANJE

Ahmil<sup>1</sup>, I Wayan Adi Sucipta<sup>2</sup>, Aprilia Tresyane Apandano<sup>3</sup>, Deslin N Salarupa<sup>4</sup>, Faisal Akbar<sup>5</sup>, Moh. Anzar<sup>6</sup>, Eka Putri Wardini<sup>7</sup>, Winda Laode Ahmai<sup>8</sup>, Widya Sapitri<sup>9</sup>  
<sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9</sup>Universitas Widya Nusantara, Sulawesi Tengah, Indonesia

### Article Information

#### Article history:

Received April 01,  
2023

Approved April 06,  
2023

#### Keywords:

Health Education,  
Masyarakat,  
Hipertensi

#### ABSTRACT

Hipertensi ditandai dengan meningkatnya tekanan darah (Blood Pressure) yang terus-menerus di arteri sistemik. Tekanan darah umumnya dinyatakan sebagai rasio tekanan darah sistolik (yaitu, tekanan yang diberikan darah pada dinding arteri saat jantung berkontraksi) dan tekanan darah diastolik (tekanan saat jantung berelaksasi). Hipertensi biasa di juluki si pembunuh senyap (silent killer) karena walaupun sebenarnya keadaan hipertensi kita sudah parah kita tidak merasakan gejala dan tidak merasakan tanda sakit apa pun ditubuh. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 12 Maret 2023 di Gereja Balai Keselamatan Korps 2 Desa Uwemanje Dusun II. Adapun jumlah Masyarakat yang terlibat sebanyak 21 orang. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pre-test dan post-test dengan menggunakan kuesioner serta pemberian Health Education Kesehatan penyakit hipertensi kepada masyarakat. Hasil Pre-Test dari masyarakat di desa uwemanje diperoleh nilai rata rata sebesar 25.5 sedangkan setelah dilakukan kegiatan Post-Test diperoleh rata rata 29.2 hal ini terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat setelah dilakukan health education. Keberhasilan peningkatan pengetahuan masyarakat desa Uwemanje didukung dengan penyampaian materi melalui metode ceramah. Edukasi ini dilakukan untuk meningkatkan pemahaman pada masyarakat terkait pola hidup sehat dan pencegahan hipertensi.

#### ABSTRAK

Hypertension is characterized by persistent increases in blood pressure in systemic arteries. Blood pressure is generally expressed as the ratio of systolic blood pressure (that is, the pressure that blood exerts on the walls of the arteries when the heart contracts) and diastolic blood pressure (the pressure when the heart relaxes). Hypertension is usually nicknamed the silent killer because even though our hypertension is already severe, we do not feel symptoms and do not feel any signs of pain in the body. This activity will

*be held on March 12, 2023 at the Church of the 2nd Corps Salvation Hall in Uwemanje Village, Dusun II. The number of people involved was 21 people. The methods used in this activity are pre-test and post-test using questionnaires and providing Health Education for hypertension to the community. Pre-Test results from the community in Uwemanje Village obtained an average score of 25.5 while after Post-Test activities obtained an average of 29.2, this increased community knowledge after health education was carried out. The success of increasing the knowledge of the people of Uwemanje village is supported by the delivery of material through the lecture method. This education is carried out to increase public understanding related to healthy lifestyles and prevention of hypertension.*

© 2023 EJOIN

\*Corresponding author email: [ahmil@stikeswnpalu.ac.id](mailto:ahmil@stikeswnpalu.ac.id)

## PENDAHULUAN

Hipertensi ditandai dengan meningkatnya tekanan darah (Blood Pressure) yang terus-menerus di arteri sistemik. Tekanan darah umumnya dinyatakan sebagai rasio tekanan darah sistolik (yaitu, tekanan yang diberikan darah pada dinding arteri saat jantung berkontraksi) dan tekanan darah diastolik (tekanan saat jantung berelaksasi). Hipertensi biasa di juluki si pembunuh senyap (silent killer) karena walaupun sebenarnya keadaan hipertensi kita sudah parah kita tidak merasakan gejala dan tidak merasakan tanda sakit apa pun ditubuh.

Menurut WHO Diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Diperkirakan 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut. Kurang dari separuh orang dewasa (42%) dengan hipertensi didiagnosis dan diobati. Sekitar 1 dari 5 orang dewasa (21%) dengan hipertensi dapat mengendalikannya. Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Salah satu target global penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030.

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018 Prevalensi Hipertensi berdasarkan pada Penduduk Umur  $\geq 18$  Tahun di Indonesia yaitu 8,36%. Yang tertinggi yaitu di Provinsi Sulawesi Utara 13,21% dan Sulawesi Tengah terdapat pada urutan ke 10 dengan presentase 8,69%. Dan berdasarkan kelompok umur lebih tertinggi pada kelompok umur  $>75$  tahun yaitu 24,04%.

Berdasarkan Profil Kesehatan Sulawesi Tengah Tahun 2020 estimasi penderita Hipertensi berusia  $\geq 15$  tahun di provinsi Sulawesi Tengah adalah 384.072 (2,33%). presentase capaian hipertensi di lihat dari angka estimasi tertinggi pada tahun 2020 adalah kabupaten Donggala dengan capaian 7,11%. Berdasarkan data di atas jumlah estimasi penderita hipertensi usia  $\geq 15$  tahun sebanyak 65.398 Jiwa dan yang mendapatkan pelayanan hipertensi sebanyak 4.650 Jiwa. Untuk Kabupaten Sigi terdapat pada urutan ke 4 dengan presentase 1,73% dan Kabupaten yang memiliki presentase Hipertensi terendah adalah kabupaten Morowali Utara dengan estimasi jumlah penderita hipertensi 20.917 Jiwa dan yang mendapatkan pelayanan capaian 28 Jiwa (0,13%).

Berdasarkan hasil pendataan Jumlah Kepala Keluarga Didesa Uwemanje Dusun II RT 3 dan 4 Kecamatan Kinovaro Kabupaten Sigi Provinsi Sulawesi Tengah Didapatkan dari 91 kepala keluarga mengatakan penyakit yang banyak dialami selama 1 tahun terakhir adalah hipertensi sebanyak 15 kepala keluarga (55,6%)

Secara alamiah, lansia mengalami penurunan fungsi tubuh yang merupakan akumulasi dari kerusakan pada tingkat seluler dan molekuler yang terjadi dalam waktu yang lama atau yang disebut juga dengan penuaan. Proses penuaan ditandai dengan penurunan kemampuan fisik dan psikis dan peningkatan risiko penyakit yang berujung pada kematian.

Antara tahun 2015 dan 2050 penduduk usia 60 tahun ke atas akan meningkat dari 12% menjadi 22%. Tahun 2050 jumlah penduduk lansia diperkirakan akan mencapai 2 milyar jiwa, dan 80% dari lansia di dunia berada di negara berpendapatan rendah dan sedang (Estimasi WHO).

Hipertensi sebenarnya dapat dicegah dengan mengendalikan faktor risiko. Pencegahan primer harus dilakukan untuk menghentikan atau mengurangi faktor risiko hipertensi sebelum penyakit hipertensi terjadi. Pencegahan tersebut seperti diet sehat dengan makan cukup buah dan sayur, rendah gula, garam dan lemak, rajin melakukan aktivitas fisik dan tidak merokok.

Perilaku hidup sehat sangat sulit untuk ditumbuhkan, namun perilaku hidup sehat dapat dibentuk melalui kebiasaan. Menciptakan perilaku hidup sehat sebenarnya tidaklah sulit untuk dilakukan dan bisa dilakukan dari hal-hal kecil seperti tidak merokok, olahraga teratur, konsumsi buah dan sayur setiap hari. Dengan melakukan perilaku hidup sehat seperti yang disebutkan itu maka akan tercipta hidup sehat yang merupakan keinginan bagi semua manusia. Dalam mewujudkan perilaku hidup sehat yang paling penting adalah komitmen dan keinginan untuk melakukannya. (Vera & Yanti 2020).

## METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 12 maret 2023 di Gereja Balai Keselamatan Korps 2 Dusun II Desa Uwemanje, Kecamatan Kinovaro, Kabupaten Sigi pada pukul 10:00 Wita. Masyarakat yang berusia 20-60 Tahun turut ikut serta dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Sekitar 21 masyarakat ikut terlibat dalam kegiatan ini. Metode yang digunakan dalam kegiatan adalah pre-test dan post-test dengan menggunakan kuesioner serta pemberian edukasi. Edukasi diberikan bertujuan untuk menambahkan pemahaman masyarakat terkait penyakit hipertensi. pelaksanaan penyuluhan dilakukan selama  $\pm$  60 menit dengan metode ceramah dengan media leaflet dan dilanjutkan dengan Tanya jawab. Kegiatan ini menekankan pada pendidikan pola hidup sehat agar terhindar dari penyakit hipertensi dan pemeriksaan tekanan darah untuk mengetahui status Kesehatan masyarakat.

**Gambar 1 Pembagian Leaflet dan Kuesioner Pre-Test**



**Gambar 2 Health Education Hipertensi**



**Gambar 3 Pemeriksaan Tekanan Darah dan pengisian Kuesioner Post-Test**



**Gambar 4 Leaflet Hipertensi**

HIPERTENSI	PENYEBAB	TANDA & GEJALA
 <p><b>APA ITU HIPERTENSI ?</b></p> <p><b>HIPERTENSI</b> <b>(TEKANAN DARAH TINGGI)</b></p> <p>Hipertensi adalah :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>↓ Tekanan darah sistolik <math>\geq 140</math> mmHg dan tekanan darah diastolik <math>\geq 90</math> mmHg</li> <li>↓ Suatu peningkatan tekanan darah sistolik dan / atau diastolik yang tidak normal</li> </ul>	<p>1. Tidak diketahui penyebabnya / keturunan (hipertensi primer)</p> <p>Faktor resiko antar lain :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>↓ Ras / suku bangsa</li> <li>↓ Umur</li> <li>↓ Kegemukan</li> <li>↓ Asupan garam yang tinggi</li> <li>↓ Riwayat hipertensi dalam keluarga</li> <li>↓ Stres</li> <li>↓ Merokok</li> <li>↓ Banyak minum alkohol</li> </ul> <p>2. Disebabkan oleh penyakit lain (hipertensi sekunder)</p> <p>Antara lain penyakit :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>↓ Ginjal</li> <li>↓ Saraf</li> <li>↓ Tumor</li> <li>↓ Keracunan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>↓ Pusing</li> <li>↓ Rasa berat ditengkuh</li> <li>↓ Sukar tidur</li> <li>↓ Rasa mudah lelah</li> <li>↓ Cepat marah</li> <li>↓ Telinga berdenging</li> <li>↓ Mata berkunang-kunang</li> <li>↓ Sesak napas</li> <li>↓ Gangguan penglihatan</li> <li>↓ Mimisan</li> <li>↓ Tanpa gejala</li> </ul> 
<p><b>PENGELOLAAN &amp; PENCEGAHAN</b></p> <p>Perubahan Gaya hidup antara lain :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>↓ Penurunan berat badan (bila kegemukan)</li> <li>↓ Pengurangan asupan garam (diet rendah garam)</li> <li>↓ Menghindari faktor resiko : merokok, minum alkohol, makanan berlemak, stres</li> <li>↓ Aktifitas fisik / jalan sehat</li> </ul> <p>Pengobatan :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>↓ Berobat / kontrol secara teratur ke fasilitas kesehatan (puskesmas, Rumah Sakit, Dokter Praktek)</li> </ul> 	<p><b>KOMPLIKASI</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>↓ Gangguan Jantung</li> <li>↓ Gangguan Otak</li> <li>↓ Gangguan Penglihatan</li> <li>↓ Gangguan Ginjal</li> <li>↓ Stroke</li> </ul> 	<p><b>PENYULUHAN TENTANG HIPERTENSI</b></p>  <p>O.F.H.:</p> <p>Kelompok 8</p> <p>DUSUN 2 DESA UWEMANJE KECAMATAN KINOVARO KABUPATEN SIGI</p> <p>UNIVERSITAS WIDYA NUSANTARA PRODI SI KEPERAWATAN JURUSAN KEPERAWATAN 2023</p>

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat berupa penyuluhan kesehatan tentang hipertensi dilakukan dengan Metode pre-test dan post-test dengan menggunakan kuesioner serta pemberian edukasi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dusun II di desa Uwemanje tentang penyakit hipertensi. Dari penyebaran kuesioner tersebut bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan masyarakat terkait penyakit Hipertensi yang dilakukan di Desa Uwemanje Kecamatan Kinovaro dan didapatkan hasil sebagai berikut:

**Tabel 1.1 Karakteristik Responden**

Karakteristik Masyarakat	Frekuensi ( <i>f</i> )	Presentasi (%)
Usia		
<20 Tahun	-	-
21-35 Tahun	6	28.6%
36-50 Tahun	11	52.4%
>50 Tahun	4	19%
Jumlah	21	100%
Pendidikan		
SD	10	47.6%
SMP	6	28.6%
SMA	4	19%
D1-D4	-	-
S1-S3	1	4.8%
Jumlah	21	100%
Pekerjaan		
Petani	9	42.9%
Wiraswasta	1	4.8%
PNS	1	4.8%
IRT	10	47.6%
Jumlah	21	100%

Berdasarkan table 1.1 diatas Sebagian besar responden berusia 21-35 Tahun (52.4%) dengan tingkat Pendidikan terbanyak yaitu SD (47.6%) maka dapat di ambil kesimpulan kalau tingkat pendidikan sangat mempengaruhi tingkat pengetahuan masyarakat di Desa Uwemanje. Dari jenis pekerjaan tertinggi yaitu IRT dengan presentasi sebesar 47.6% dan pekerjaan wiraswasta dan PNS dengan presentase 4.8%.

**Tabel 1.2 distribusi frekuensi masyarakat berdasarkan tingkat pengetahuan tentang hipertensi.**

No	Nama Responden	Nilai Pengetahuan	
		Pre-Test	Post-Test
1	KR	25	30
2	DI	25	30
3	DO	24	29
4	LI	26	30
5	MA	26	29
6	D	28	30
7	L	24	28
8	VI	26	30

9	SA	25	29
10	SU	25	29
11	SR	26	29
12	AN	26	30
13	N	25	29
14	F	26	30
15	V	27	30
16	E	25	28
17	A	27	30
18	K	23	27
19	S	25	29
20	N	26	28
21	FA	26	30
Rata-Rata		25.5	29.2

Analisis Pre-Test dan Post-Test dilakukan untuk mengetahui apakah ada peningkatan pengetahuan masyarakat desa uwemanje setelah dilakukan Health Education. Hasil Pre-Test dari masyarakat di desa uwemanje diperoleh nilai rata rata sebesar 25.5 sedangkan setelah dilakukan kegiatan Post-Test diperoleh rata rata 29.2 hal ini terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat setelah dilakukan health education. Keberhasilan peningkatan pengetahuan masyarakat desa Uwemanje didukung dengan penggunaan media leaflet dan penyampaian materi melalui metode ceramah. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zakiyatul U. dkk (2017) mengatakan Menggunakan leaflet/poster sebagai media pendidikan kesehatan lebih efektif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang manajemen hipertensi dari pada tidak menggunakan poster/leaflet.

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan tentang hipertensi di Gereja Balai Keselamatan Korps 2 di Desa Uwemanje Dusun II ini berjalan lancar dan para peserta berperan aktif. Diharapkan tujuan dilakukannya Health Education ini adalah pengetahuan masyarakat semakin memahami pencegahan dan pengobatan hipertensi yang dialaminya melalui pola hidup yang sehat. Dengan demikian derajat kesehatan masyarakat di Desa Uwemanje Dusun II semakin meningkat dan mengurangi angka penderita penyakit tidak menular terutama pada masyarakat.

Sriyono (2015) mengatakan bahwa tinggi rendahnya tingkat pendidikan seseorang menentukan pengetahuan, sikap dan perilakunya. Tingkat pendidikan tidak hanya mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, namun juga kemampuan penerimaan informasi. Pada pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh mahasiswa/i KKN Universitas Widya Nusantara yang mana responden pada saat melakukan health education pada hasil posttest responden yang berada pada rentang tingkat pengetahuan yang hampir sama dan dapat menunjukkan bahwa kemampuan pemahaman pendidikan kesehatan yang diberikan sama antar responden sesuai dengan intervensi yang diterimanya.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan di Dusun 2 Desa Uwemanje dapat disimpulkan bahwa kegiatan dapat berjalan lancar. Peserta terdiri dari ibu-ibu dan bapak-bapak yang tinggal di Dusun 2 Desa Uwemanje. Peserta nampak antusias mengikuti kegiatan tersebut. Hal ini terbukti dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh peserta penyuluhan. Selain itu juga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar pengetahuan lansia tentang definisi, penyebab, tanda dan gejala pencegahan dan pengobatan

hipertensi mengalami peningkatan dari rata rata 25.5 menjadi rata rata 29.2 atau mempunyai pengetahuan baik.

Berdasarkan hasil health education yang telah dilakukan di Gereja balai keselamatan korps 2 Dusun II Desa Uwemanje perlu ada pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan dengan metode yang lebih tepat seperti simulasi maupun demonstrasi secara rutin setiap bulan. Hal ini dilakukan agar pola hidup sehat yang dapat diterapkan bagi seluruh masyarakat sehingga derajat kesehatan dapat tercapai bagi seluruh warga Desa Uwemanje.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan terimakasih kepada Universitas Widya Nusantara, kepala desa uwemanje beserta aparat desa, bidan desa dan masyarakat dusun 2 desa Uwemanje yang telah menyediakan tempat untuk terselenggaranya kegiatan program Health Education hipertensi.

### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Dinas Kesehatan provinsi sulawesi tengah. 2020. *Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah*. Palu.
- [2] Dominiczak, Anna F. at all. 2019. "Hypertension. HHS Public Access." doi: 10.1038/nrdp.2018.14.Hypertension.
- [3] Kemenkes. n.d. *Laporan Nasional Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan RI*.
- [4] SRIYONO. 2015. "Pengaruh Tingkat Pendidikan Dan Pemahaman Masyarakat Tentang Ikan Berformalin Terhadap Kesehatan Masyarakat, Faktor Exacta." 8(1):79–91.
- [5] Unger, Thomas, Claudio Borghi, and at all. 2020. "Clinical Practice Guidelines 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines International Society of Hypertension." 1334–57. doi: 10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026.
- [6] Yulia Vera, Susi Yanti. 2020. "PENYULUHAN PEMANFAATAN TANAMAN OBAT DAN OBAT TRADISIONAL INDONESIA UNTUK PENCEGAHAN DAN PENANGGULANGAN. Jurnal Education and Development PENYAKIT HIPERTENSI DI DESA SALAM." 8(1):11–14.
- [7] Zakiyatul Ulya, Asep Iskandar, Fajar Tri Asih. 2017. "PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA POSTER TERHADAP PENGETAHUAN MANAJEMEN HIPERTENSI PADA PENDERITA HIPERTENSI, Jurnal Keperawatan Soedirman, Volume 12, No.1 Maret 2017." 12(1):38–46.