

JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT DALAM KEPERAWATAN

EDUKASI HIPERTENSI PADA KELUARGA DI RT 04 RW 07 PONDOK KELAPA JAKARTA TIMUR

Sahrudi¹, Cusmarih²

Prodi Keperawatan, STIKes Abdi Nusantara

RIWAYAT ARTIKEL

Diterima: 14 Februari 2024

Disetujui: 17 Maret 2024

KONTAK PENULIS

Sahrudi,
Prodi Keperawatan,
STIKes Abdi Nusantara

ABSTRAK

Pendahuluan: Penyakit jantung dan pembuluh darah (kardiovaskuler) merupakan masalah kesehatan utama di negara maju maupun negara berkembang. Hipertensi menjadi penyebab kematian nomor satu di dunia setiap tahunnya. Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan paling banyak disandang masyarakat. Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya.

Metode: Dalam pengabdian masyarakat ini yaitu memberikan edukasi menggunakan metode penyuluhan kepada masyarakat di rt 04/rw 07 pada keluarga yang dengan masalah hipertensi.

Hasil: Adanya peningkatan pengetahuan masyarakat pada keluarga di rt 04/rw 07 pondok kelapa Jakarta Timur.

Kesimpulan: Perlu dilakukannya penerapan perilaku hidup sehat agar terhindar maupun mencegah dampak atau komplikasi dari hipertensi.

Kata Kunci: Edukasi, Penyuluhan, Hipertensi

PENDAHULUAN

Hipertensi termasuk kedalam penyakit tidak menular menjadi faktor penyebab tingginya angka *morbidity* dan *mortality* di seluruh dunia. Penyakit tersebut merupakan faktor risiko timbulnya berbagai penyakit seperti jantung, gagal ginjal, diabetes dan stroke. Sampai dengan saat ini menurut Situmorang (2020) tiap tahunnya di seluruh dunia tercatat ada hampir 9,5 juta kasus hipertensi, jumlah ini merupakan bahaya yang begitu besar. Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Milliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, dan diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Milliar orang yang terkena hipertensi, dan 9,4 juta orang tiap tahunnya diperkirakan meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Kemenkes RI, 2019).

Indonesia saat ini tengah menghadapi permasalahan kesehatan yang hampir sama terjadi pada negara-negara maju dan berkembang di seluruh dunia yaitu adanya penyebaran penyakit menular covid-19. Namun tingginya angka covid 19 di Indonesia menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 bukan

merupakan salah satu penyebab kematian tertinggi, namun sebanyak 66% penyebab kematian di Indonesia adalah akibat dari penyakit tidak menular, yang salah satunya merupakan penyakit hipertensi (Wardoyo, 2021). Berdasarkan hasil data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada ahun 2018 menunjukkan bahwa sebanyak 34,1% masyarakat Indonesia yang berusia >18 tahun (milenial) menderita hipertensi. Angka tersebut mengalami peningkatan sebesar 7,6% dibandingkan dengan tahun 2013 yaitu 26,5%. Tingginya angka prevalensi tersebut diakibatkan oleh gaya hidup yang tidak sehat, sebanyak 95,5% diakibatkan masyarakat Indonesia kurang mengonsumsi sayur dan buah, 33,5% kurang aktivitas fisik, 29,3% masyarakat usia produktif merokok, 31% mengalami obesitas sentral dan 21,8% obesitas pada usia dewasa. Adapun jenis hipertensi pada remaja yang paling sering adalah hipertensi esensial (80%). Angka kejadian hipertensi dapat meningkat sesuai dengan usia, berkisar 15% pada usia dewasa muda hingga 60% pada orang yang berusia 65 tahun ke atas (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang disepakati tahun 2015 merupakan keberlanjutan dari Millennium Development Goals (MDGs)

yang meliputi 17 tujuan (Kementrian Kesehatan RI, 2015). Isu kesehatan terdapat di tujuan ke tiga SDGs yaitu menjamin kehidupan yang sehat dan mendorong kesejahteraan bagi semua orang di segala usia. Dalam tujuan ke tiga SDGs terdapat 13 target di mana target ke 4 yaitu mengurangi sepertiga dari kematian dini yang disebabkan oleh penyakit tidak menular melalui tindakan pencegahan dan pengobatan. Salah satu penyakit tidak menular adalah hipertensi (Sustainable Development Goals, 2017). Penyakit tidak menular adalah penyakit yang munculnya lambat, butuh rentang waktu yang lama serta tidak menyebar dari orang ke orang. Penyakit tidak menular ada korelasi dengan gaya hidup seperti merokok, konsumsi minuman beralkohol, aktivitas fisik dan konsumsi buah dan sayur. Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penyakit tidak menular ada peningkatan dibandingkan dengan Riskesdas tahun 2013 seperti kanker, stroke, penyakit ginjal kronik, diabetes melitus dan hipertensi. Prevalensi kanker melonjak dari 1,4% menjadi 1,8%, prevalensi stroke melonjak dari 7% menjadi 10,9% dan prevalensi penyakit ginjal kronik melonjak dari 2% menjadi 3,8%. Prevalensi diabetes melitus melonjak dari 6,9% menjadi 8,5% dan prevalensi hipertensi dari hasil pengukuran tekanan

darah melonjak dari 25,8% menjadi 34,1% (Riskesdas, 2018).

Di kawasan Asia Tenggara, negara Indonesia merupakan negara dengan prevalensi hipertensi terbanyak nomor dua setelah Myanmar sebesar 41% (World Health Organization, 2013). Hasil penelitian dari Badan Litbangkes Kemenkes, stroke menyebabkan kematian sebesar 17,7% dan *Ischaemic Heart Disease* menyebabkan kematian sebesar 10,0%. *Soulmate factor* dari dua penyakit tersebut adalah hipertensi. Berdasarkan data dari Riskesdas tahun 2013, prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 25,8% yang didapat melalui pengukuran pada usia ≥ 18 tahun. Adapun kota yang memiliki prevalensi hipertensi di kota Indonesia tertinggi yaitu di Bangka Belitung (30,9%), Kalimantan Selatan (30,8%), Kalimantan Timur (29,6%) dan Jawa Barat (29,4%) (Riskesdas, 2013). Sementara itu, data dari Riskesdas tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada usia ≥ 18 tahun naik menjadi 34,1 persen, di mana prevalensi tertinggi terjadi di Kalimantan Selatan sebesar 44,1% dan terendah di Papua sebesar 22,2% (Riskesdas, 2018). DKI Jakarta merupakan ibukota Indonesia dengan kepadatan penduduk tertinggi di

Indonesia dengan nilai 15.328 jiwa/km² (Badan Pusat Statistik, 2015). Seiring dengan padatnya penduduk, risiko terjadinya hipertensi dapat mengalami peningkatan. Berdasarkan data Riskesdas pada tahun 2013 dan 2018, prevalensi hipertensi di Provinsi DKI Jakarta meningkat dari 25% menjadi 34,1% (Riskesdas, 2018).

Hipertensi adalah meningkatnya tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg saat dua kali diukur dengan selang waktu lima menit saat keadaan tenang. Dalam jangka waktu lama jika tekanan darah selalu meningkat dan tidak dideteksi secara dini bisa menyebabkan kerusakan gagal ginjal, penyakit jantung koroner dan stroke. Hipertensi dapat berujung pada kematian dini jika tidak ditangani dengan segera. Gejala dari hipertensi adalah sakit kepala atau rasa berat di tengkuk, vertigo, jantung berdebar-debar, mudah lelah, penglihatan kabur dan mimisan (Kementrian Kesehatan RI, 2014).

Adanya perubahan perilaku kesehatan merupakan pedoman yang terbaik dalam mengendalikan hipertensi. Kontrol tekanan darah dapat membantu mencegah penyakit hipertensi dan mengurangi atau mencegah komplikasi, namun sebagian

besar pasien lebih memilih farmakoterapi untuk mengontrol tekanan darah mereka. Salah satu usaha yang dapat dilakukan adalah edukasi kesehatan terkait dengan hipertensi. Edukasi merupakan suatu upaya yang direncanakan untuk menanamkan keyakinan sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, namun juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang diharapkan untuk meningkatkan status kesehatan, mencegah timbulnya penyakit, meingkatkan derajat kesehatan, memaksimalkan fungsi dan peran penderita dan keluarga dalam mengatasi kesehatan. (Purwati, et al., 2014)

METODE

Dalam pengabdian masyarakat ini yaitu memberikan edukasi menggunakan metode penyuluhan kepada masyarakat di rt 04/rw 07 pada keluarga yang dengan masalah hipertensi. Evaluasi dilakukan pada awal dan akhir penyuluhan dengan melakukan pre dan post test pada hari yang sama dengan kuesioner tentang pengetahuan terkait hipertensi.

HASIL

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Data Demografi

Jurnal Antara Pengmas	Vol. 7	No. 1	Januari-Juni	Tahun 2024
-----------------------	--------	-------	--------------	------------

Tebl 2 Distribusi Frekuensi tingkat pengetahuan keluarga yang di berikan edukasi hipertensi

Tingkat Pengetahuan	Pre-tes		Post-tes	
	n	f%	n	f%
Baik	2	10	11	55
Kurang	18	90	9	45
	20	100%	20	100%

hasil kegiatan edukasi pada keluarga di rt 04 rw 07 pondok kelapa jakarta timur, tingkat pengetahuan keluarga seteah di berikan edukasi 55% baik dan 45% kurang.

PEMBAHASAN

Tujuan edukasi menjadikan kesehatan sebagai suatu hal yang bernilai di masyarakat, mendorong individu agar mampu secara mandiri atau pun kelompok mengadakan kegiatan untuk mencapai tujuan hidup yang sehat, mendorong penggunaan dan pengembangan secara tepat sarana pelayanan kesehatan yang ada. Untuk pengabdian kepada masyarakat berikutnya diharapkan materi yang diberikan lebih mendalam sehingga pada pertanyaan yang masih di jawab salah oleh responden dapat di jawab dengan benar. Untuk penilaian pengetahuan setelah penyuluhan agar di

Jenis Kelamin	n	f%
Laki - Laki	12	60
Wanita	8	40
	20	100%

ukur pada waktu yang berbeda dan di beri jarak waktu tertentu setelah penyuluhan agar mengetahui tindak lanjut dari hasil pengetahuan yang telah didapatkan dari masing-masing individu.

KESIMPULAN

Edukasi hipertensi berpengaruh terhadap perubahan perilaku masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Sukmadianata. Landasan Psikologi Proses Pendidikan. Bandung: PT. Remaja Puskakarya; 2009
- WHO. Global Health Risk: Mortality and Burden of Disease attributable to selected Major Risk. 2007. pp 10-15
- Yogiantoro, Muhammad. Hipertensi esensial: Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam. Jakarta: FK UI; 2010, pp:1079
- Siti S, Kuntjoro H, Arya GR. Proses menua dan implikasi klinis. Dalam: Staf Pengajar FK UI.
- Mohamad Y. Hipertensi Essensial. Dalam: Staf Pengajar FK UI. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam. Jilid 3. Jakarta: Pusat Penerbitan Departemen Ilmu Penyakit Dalam FK UI;2006.p.1335-1340.
- Suhardjono. Hipertensi pada usia lanjut. Dalam: Staf Pengajar FK UI. Buku

Ajar Ilmu Penyakit Dalam. Jilid 3.
 Jakarta: Pusat Penerbitan
 Departemen Ilmu Penyakit Dalam
 FK UI;2006.p.1451-1454

Wang, Dawei, Bo Hu, Chang Hu,
 Fangfang Zhu, Xing Liu, Jing
 Zhang, Binbin Wang, Hui Xiang,
 Zhenshun Cheng, Yong Xiong,
 Yan Zhao, Yirong Li, Xinghuan
 Wang, and Zhiyong Peng. 2020.
 "Clinical Characteristics of 138

Hospitalized Patients With 2019
 Novel Coronavirus–Infected
 Pneumonia in
 Wuhan, China." JAMA
 323(11):1061– 69.

WHO. 2021. "WHO Coronavirus
 Disease (COVID-19) Dashboard."
 Retrieved
 27,([https://covid19.who.int/region/se
 aro/country/id](https://covid19.who.int/region/searo/country/id))