

Penguatan Pendidikan Hipertensi Sebagai Pencegahan Penyakit Tidak Menular di Desa Sinarjaya Garut

Roganda Situmorang, Ade Iwan Mutiudin, Diana Ulfah, Yani Marlina, Tri Nur Jayanti

Fakultas Keperawatan, Universitas Bhakti Kencana Bandung

Email korespondensi : roganda.situmorang@bku.ac.id

Informasi Artikel

Riwayat Artikel:
Diusulkan: 05-12-2024;
Direvisi: 22-01-2025;
Diterima: 23-01-2025;
Diterbitkan: 31-01-2025;

Kata kunci:
hipertensi; keluarga; penyakit tidak menular

Penulis Korespondensi:
Roganda Situmorang, Ade Iwan Mutiudin, Diana Ulfah, Yani Marlina, Tri Nur Jayanti
Fakultas Keperawatan
Universitas Bhakti Kencana Bandung
Email: roganda.situmorang@bku.ac.id

Sitasi (APA Style)
Situmorang, Roganda., Mutiudin, AE., Ulfah, D., Marlina, Y., & Jayanti, TN. (2025). Penguatan Pendidikan Hipertensi Sebagai Pencegahan Penyakit Tidak Menular di Desa Sinarjaya Garut. *Karya Kesehatan Siwalima*, 3(2), 34-37. <https://doi.org/10.54639/kks.v3i2.1389>

Abstrak

Warga desa merupakan sasaran mendasar pemeliharaan kesehatan masyarakat Indonesia dalam target kesehatan nasional. Informasi ditemukan bahwa kajian situasi warga di wilayah Desa Sinarjaya tertinggi warganya banyak mengalami penyakit tidak menular salah satunya adalah hipertensi. Tujuan kegiatan ini adalah melaksanakan promosi dan preventif kesehatan tentang pemberian pendidikan kesehatan hipertensi pada warga di wilayah Desa Sinarjaya. Metode yang digunakan yaitu pemaparan materi, diskusi dan evaluasi kegiatan. Hasil dari pelaksanaan kegiatan ini terjadi peningkatan pengetahuan warga di wilayah Desa Sinarjaya tentang hipertensi dari kurang baik menjadi baik. Diperlukan sosialisasi secara berkala yang melibatkan banyak masyarakat dan kader serta warga diharapkan mengaplikasikannya di rumah dan melakukan penyebaran informasi terkait hipertensi.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Pendahuluan

Wilayah desa banyak mengalami penyakit tidak menular, salah satunya penyakit degeneratif (hipertensi) yang menimbulkan defisiensi fungsi tubuh dan dapat mengakibatkan kerusakan. Usia manusia di desa yang semakin bertambah ataupun gaya hidup yang kurang sehat seiring perkembangan zaman menjadi pendukung kejadian hipertensi (Bustan, 2015). Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yakni tekanan darah tinggi yang bersifat abnormal dengan angka sistolik dan diastolik menunjukkan angka lebih tinggi dari 140/90mmHg (Bisnu, 2017).

Sifat hipertensi disebut juga *the silent killer* karena terjadi tanpa tanda dan gejala yang jelas. Penderita hipertensi merupakan faktor risiko

utamanya kematian dari gangguan kardiovaskular yang menyebabkan 20-50% dari semua kematian. Pola hidup individu merupakan penyebab hipertensi secara umum (Bustan, 2015). Selain itu, penyebab lain seperti kebiasaan mengkonsumsi makanan asin terlalu banyak, makanan manis terlalu banyak, makanan cepat saji yang tinggi natrium dan daging kemudian kurangnya aktivitas fisik ataupun olahraga (Hariawan, 2020).

Usia memengaruhi terjadinya hipertensi dimana adanya penurunan fisik untuk beraktivitas sehingga mengakibatkan kelebihan berat badan. Stres psikososial juga salah satu penyumbang besar terjadinya hipertensi (Hariyanto, 2015). Hingga saat ini penyebab hipertensi masih bervariasi dan berkembang berdampak pada

morbiditas yang membutuhkan penanganan serius juga mortalitas yang cukup tinggi (Puspita, 2017).

Mitra (warga Desa Sirnajaya) memiliki riwayat penyakit hipertensi yang baru muncul selama beberapa tahun terakhir. Beberapa penderita hipertensi warga Desa Sirnajaya aktif dalam masa pengobatan (mengonsumsi obat amlodipine 5 mg). Permasalahan hipertensi yang dihadapi mitra saat ini yakni mitra sering mengeluh sakit kepala dan tengkuk yang terasa berat serta pemahaman yang kurang tentang hipertensi.

Konsumsi obat rutin dikonsumsi sehingga intervensi yang difokuskan pada mitra adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan mengendalikan tekanan darah mitra dan pengkonsumsian obat yang tepat. Banyak mediator antihipertensi digunakan untuk pengobatan hipertensi, seperti diuretik, agen simpatolitik, inhibitor renin, inhibitor enzim pengubah angiotensin (ACE), penghambat saluran kalsium, antagonis-adrenergik dan $1/\beta$ - adrenergik, dan vasodilator (Mardhiah, 2015).

Obat-obatan ini memiliki berbagai efek samping, termasuk kram otot, detak jantung tidak normal, penglihatan kabur, ruam kulit, muntah, gagal ginjal, kelelahan ekstrim, sakit kepala, dan edema (Prasetya, 2015). Mitra rutin mengonsumsi amlodipine 5 mg setiap sehingga mitra dalam kategori yang patuh dalam aturan minum obat namun tekanan darah pasien tetap tinggi dikarenakan faktor lingkungan dimana mitra menyukai makanan asin dan berlemak serta manis sehingga berat badan terus meningkat dan tekanan darah tetap tinggi.

Pengobatan hipertensi juga dapat dilakukan dengan terapi pemberian obat antihipertensi dan non farmakologi serta dengan memahami perubahan atau perbaikan pola hidup sehat bagi penderita hipertensi (Sagai, 2021). Penanggulangan secara dini dapat mencegah munculnya komplikasi dapat

dilakukan dengan cara mengatur pola hidup sehat dan juga terapanon-farmakologis (Situmorang & Pasha, 2022). Pemberian pendidikan kesehatan pada keluarga dengan riwayat atau penderita hipertensi mampu meningkatkan pengetahuan keluarga tentang hipertensi (Situmorang & Pasha, 2023). Menurut Situmorang dan Pasha (2023) mengemukakan bahwa pengetahuan keluarga tentang hipertensi mampu menciptakan kontrol terhadap pola hidup sehat dan mengatasi penyebab hipertensi lainnya serta penggunaan obat hipertensi dengan baik.

Salah satu cara untuk dapat meningkatkan pemahaman masyarakat (warga Desa Sirnajaya) mengenai manfaat penanaman tanaman obat keluarga dengan melakukan pendidikan kesehatan tentang hipertensi. Tujuan kegiatan ini adalah mengimplementasikan upaya promosi dan preventif kesehatan berbasis kolaborasi antar profesi tentang pemberian pendidikan kesehatan hipertensi.

Metode

Metode yang digunakan yaitu pemberian pendidikan kesehatan yang berisikan pemaparan materi tentang hipertensi, diskusi dan evaluasi kegiatan. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan pada keluarga di wilayah warga Desa Sirnajaya selama $\pm 1,5$ bulan pada bulan Juli-Agustus 2024. Selama 3 minggu melakukan kajian situasi dan selanjutnya minggu ke-4 melakukan pendidikan kesehatan. Pelaksanaan pendidikan kesehatan yang berisikan pemaparan materi tentang hipertensi oleh tim Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung. Selanjutnya, dilakukan diskusi tanya jawab dan evaluasi dari materi yang telah disampaikan. Evaluasi berupa *pre* dan *post-test* menggunakan kuesioner untuk mengukur pengetahuan mitra.

Hasil

Hasil kegiatan ini adalah mitra (keluarga) yang telah diberikan pendidikan kesehatan tentang hipertensi mengalami peningkatan pengetahuan tentang hipertensi. Hasil evaluasi dijelaskan pada tabel berikut:

Tabel 1. Hasil Kegiatan Tentang Pemberian Pendidikan Hipertensi Pada Warga Desa Sirnajaya

Pengetahuan Hipertensi	Sebelum Kegiatan	Setelah Kegiatan
Kurang Baik	71%	7%
Baik	29%	93%
Total	100%	100%

Berdasarkan tabel 1, mitra (warga Desa Sirnajaya) mengalami peningkatan pengetahuan tentang hipertensi.

Pembahasan

Berdasarkan hasil kegiatan, mitra mengalami peningkatan pengetahuan tentang hipertensi setelah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang hipertensi dan setelah kegiatan pemberian promosi kesehatan dilakukan evaluasi berkala selama ± 2 minggu, tekanan darah mitra (warga Desa Sirnajaya) mengalami penurunan tekanan darah setelah keluarga mulai menerapkan pola hidup sehat (berolahraga dan konsumsi makanan serta kegiatan pemamfaatan TOGA. Pendidikan kesehatan tentang hipertensi memberikan dampak terhadap peningkatan pengetahuan (Mardhiah, 2015). Semakin banyak rurin pemberian pendidikan kesehatan tentang hipertensi terhadap seseorang akan mengalami peningkatan pengetahuan hipertensi yang mampu menstimulus sikap dan perilakunya dalam menghadapi penyakit yang diderita. Sejalan dengan Mardhiah (2015) bahwa pada kegiatan ini

menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan mitra (warga Desa Sirnajaya) setelah diberikan pendidikan kesehatan diawali dari kurang baik menjadi baik.

Prasetiya (2015) menyatakan bahwa pendidikan kesehatan efektif terhadap peningkatan pengetahuan keluarga tentang hipertensi. Hal ini sejalan dengan hasil kegiatan bahwa pengetahuan mitra (warga Desa Sirnajaya) setelah diberikan pendidikan kesehatan meningkat dari 29% menjadi 93% mitra (warga Desa Sirnajaya) memiliki pengetahuan baik. Pendidikan kesehatan efektif terhadap peningkatan pengetahuan keluarga tentang hipertensi dipengaruhi dari stimulus yang mampu membentuk pemahaman keluarga setelah diberikan pendidikan kesehatan sehingga mampu memberikan peningkatan pengetahuan keluarga (Prasetiya, 2015). Pengetahuan keluarga tentang hipertensi akan meningkat secara efektif dengan perlakuan pemberian pendidikan kesehatan (Prasetiya, 2015).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang sering ada pada keluarga, sehingga memerlukan kontrol dan kepatuhan untuk dapat mengatasi atau memelihara penderita hipertensi agar dapat terjaga dari gejala yang mengganggu penderita (Utami, 2019). Sagai (2021) juga menyatakan bahwa pemberian promosi kesehatan terhadap pengetahuan tentang pengobatan hipertensi melalui tanaman obat keluarga (TOGA) kepada keluarga mampu memberikan pengaruh pada penderita hipertensi dalam keluarga tersebut mengalami penurunan tekanan darah. Semakin rutin promosi kesehatan terhadap pengetahuan tanaman obat keluarga (TOGA) maka semakin besar penurunan

tekanan darah yang dialami penderita hipertensi (Sagai, 2021). Sejalan dengan Sagai (2021) bahwa dalam kegiatan ini promosi kesehatan tentang TOGA yang diberikan kepada mitra (warga Desa Sirnajaya) setelah dievaluasi berkala selama 2 minggu, penderita hipertensi dalam keluarga tersebut mengalami penurunan tekanan darah.

Utami (2022) menyatakan bahwa penyuluhan pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) untuk pencegahan dan penanggulangan penyakit hipertensi memberikan dampak efektif terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi. Semakin baik pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) maka upaya pencegahan dan penanggulangan penyakit hipertensi semakin baik (Utami, 2022). Hal ini sejalan dengan hasil kegiatan bahwa evaluasi berkala penderita hipertensi mengalami penurunan tekanan darah, sehingga pemanfaatan tanaman obat keluarga (TOGA) efektif dan berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah penderita hipertensi.

Simpulan dan Saran

Pendidikan kesehatan hipertensi yang diberikan kepada warga Desa Sirnajaya wilayah Garut berdampak pada penurunan tekanan darah, setelah keluarga mulai menerapkan pola hidup sehat (berolahraga dan konsumsi makanan, serta kegiatan pemanfaatan TOGA. Perlunya sosialisasi secara kontiniu secara berkala dan melibatkan banyak masyarakat dan kader. Keluarga diharapkan mengaplikasikan dirumah dan disebar luaskan informasi terkait hipertensi dan tanaman TOGA untuk penanganan hipertensi.

Ucapan Terima kasih

Terima kasih disampaikan kepada mitra yaitu warga Desa Sirnajaya di wilayah Garut.

Daftar Pustaka

- Andik, S., & Widaryati, W. (2014). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Hipertensi Pada Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Rendah Garam Lansia Hipertensi di Kecamatan Sukolilo Kabupaten Pati* (Doctoral dissertation, STIKES'Aisyiyah Yogyakarta).
- Bisnu, M. I. K. H., Kepel, B., & Mulyadi, N. (2017). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Derajat Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Ranomuut Kota Manado*. Jurnal keperawatan, 5(1).
- Bustan, M. N. (2015). *Manajemen Pengendalian Penyakit Tidak Menular*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Hariawan, H., & Tatisina, C. M. (2020). *Pelaksanaan Pemberdayaan Keluarga Dan Senam Hipertensi Sebagai Upaya Manajemen Diri Penderita Hipertensi*. Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo, 1(2), 75-79.
- Hariyanto, A. (2015). *Keperawatan Medikal Bedah*. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media.
- Mardhiah, A., & Asnawi Abdullah, H. (2015). *Pendidikan Kesehatan Dalam Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Keterampilan Keluarga Dengan Hipertensi-Pilot Study*. Jurnal Ilmu Keperawatan, 3(2).
- Prasetya, C. H. (2015). *Efektifitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan*

- Keluarga Tentang Hipertensi.* Mutiara Medika: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan, 15(1), 67-74.
- Puspita, E., Oktaviarini, E., & Santik, Y. D. P. (2017). *Peran Keluarga Dan Petugas Kesehatan Dalam Kepatuhan Pengobatan Penderita Hipertensi Di Puskesmas Gunungpati Kota Semarang.* Jurnal kesehatan masyarakat Indonesia, 12(2), 25-32.
- Sagai, S. S., Engkeng, S., & Munayang, H. (2021). *Pengaruh Promosi Kesehatan terhadap Pengetahuan Tanaman Obat Keluarga (Seledri dan Sereh) untuk Hipertensi di Desa Mundung Satu Kecamatan Tombatu Timur Kabupaten Minahasa Tenggara.* KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi, 10(2).
- Situmorang, R & Pasha, E.Y.M. (2023). *Interprofessional Education Melalui Promosi Kesehatan Keluarga Tentang Hipertensi di Kota Bandung.* Karya Kesehatan Siwalima, 2(1), 15-20.
- Tarigan, A. R., Lubis, Z., & Syarifah, S. (2018). *Pengaruh Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi Di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu Tahun 2016.* Jurnal kesehatan, 11(1), 9-17.
- Utami, R. S., & Raudatussalamah, R. (2019). *Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kepatuhan Berobat Penderita Hipertensi Di Puskesmas Tualang.* Jurnal psikologi, 12(2), 91-98.
- Utami, R., Widiastuti, T. C., & Purwanti, E. (2022, July). *Penyuluhan Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (Toga) Untuk Pencegahan Dan Penanggulangan Penyakit Hipertensi Desa Mareje Kecamatan Lembar Kabupaten Lombok Barat.* In Prosiding University Research Colloquium (pp. 48-53).