

Nanggroe: Jurnal Pengabdian Cendikia
Volume 3, Nomor 4, July 2024, Halaman 84-89
Licensed by CC BY-SA 4.0
ISSN: [2986-7002](https://doi.org/10.5281/zenodo.12741452)
DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.12741452>

Penyuluhan Hipertensi dan Diet Hipertensi Pada Warga di Kelurahan Batusari Kota Tangerang

Beti Haerani¹, Reni Deswita²

^{1,2}Program Studi Sarjana Keperawatan., Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tangerang
Email korespondensi: betihaerani@gmail.com

Abstract

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah melebihi 140/90 mmHg. Kelurahan Batusari berdasarkan survey yang dilakukan oleh mahasiswa profesi Ners Tahun 2023 di RW 04 kelurahan Batusari Kota Tangerang dengan 230 sampel menggunakan metode wawancara atau penyebaran angket dan didapatkan hasil masalah kesehatan tertinggi yaitu penyakit hipertensi sebanyak 54.6%. sedangkan sikap hipertensi sebesar 21.6% dengan kategori kurang baik dan perilaku hipertensi 69.1% dengan kategori kurang dan data wawancara yang dilakukan oleh mahasiswa kepada masyarakat rw 04 dengan hasil masyarakat masih belum mengetahui apa itu hipertensi, tanda gejala dan resiko dari hipertensi. Berdasarkan penemuan ini sehingga kami perlu merencanakan tindakan keperawatan dan kesehatan untuk mengatasi dan mempertahankan kondisi kesehatan masyarakat melalui penyuluhan hipertensi dan diet hipertensi untuk meningkatkan sikap dan perilaku mengenai hipertensi di Kelurahan Batusari Kota Tangerang. Kegiatan pengabdian ini diberikan dalam bentuk pendidikan kesehatan berupa seminar. materi edukasi yang diberikan seputar; konsep hipertensi, pencegahan, diet hipertensi dan demonstrasi senam hipertensi, materi tersebut disampaikan dengan metode ceramah dan diskusi. kegiatan pemberdayaan kader dan warga melalui diskusi dan seminar terkait hipertensi memberikan dampak positif yaitu meningkatkan pengetahuan dan sikap warga tentang cara penanganan dan pencegahan hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi; Pencegahan, Pendidikan kesehatan

Abstract

Hypertension is an increase in blood pressure more than 140/90 mmHg. BatusariSubdistrict Based on a survey conducted by nursing professional students in 2023 in RW 04, Batusari subdistrict, Tangerang City sub-district with 230 samples using the interview method or distributing questionnaires and the highest health problem results were found, namely hypertension at 54.6%. Meanwhile, attitudes towards hypertension were 21.6% in the poor category and hypertension behavior was 69.1% in the poor category and data from interviews conducted by students with the community in RW 04 resulted in the community still not knowing what hypertension is, the signs and risks of hypertension. Based on these findings, we need to plan nursing and health actions to overcome and maintain public health conditions through hypertension education and hypertension diet to improve attitudes and behavior regarding hypertension in BatusariVillage, Tangerang District. This service activity is provided in the form of health education in the form of seminars. The educational material provided is about; the concept of hypertension, prevention, hypertension diet and hypertension exercise demonstrations, this material is presented using lecture and discussion methods. Empowerment activities for cadres and residents through discussions and seminars related to hypertension have had a positive impact, namely increasing residents' knowledge and attitudes about how to treat and prevent hypertension.

Keywords: Hypertension; Prevention, Health education

Article Info

Received date: 15 June 2024

Revised date: 28 June 2024

Accepted date: 8 July 2024

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu faktor risiko yang paling penting terjadinya penyakit jantung dan stroke. Hipertensi atau tekanan darah tinggi juga dikenal sebagai silent killer karena peningkatan Tekanan darah seringkali tanpa gejala, kebanyakan penderita tidak menyadari bahwa terkena hipertensi tinggi dan tidak dapat mengendalikan gaya hidup yang tidak sehat (Susanti, 2019).

Data World health organization (WHO) menyebutkan, jumlah penderita hipertensi pada tahun 2015 menjadi 1,13 miliar dan tahun 2021 menjadi 1,28 miliar pengidap hipertensi. Prevalensi hipertensi secara Global di Asia Tenggara 25% dengan menempati urutan ke-3 dari total populasi.

Data ini dapat dikatakan bahwa hipertensi masih menjadi ancaman bagi masyarakat di Dunia (WHO, 2021).

Berdasarkan survey yang dilakukan oleh mahasiswa profesi Ners Tahun 2023 di RW 04 Kelurahan Batusari Kecamatan Kota Tangerang dengan 230 sampel menggunakan metode wawancara atau penyebaran angket dan didapatkan hasil masalah kesehatan tertinggi yaitu penyakit hipertensi sebanyak 51,3%. Sedangkan sikap hipertensi sebesar 87% dengan kategori kurang dan perilaku hipertensi 57,4% dengan kategori kurang dan data wawancara yang dilakukan oleh mahasiswa kepada masyarakat RW 04 dengan hasil masyarakat masih belum mengetahui apa itu hipertensi, tanda gejala dan resiko dari hipertensi.

Beberapa data tersebut sehingga kami perlu merencanakan tindakan lanjutan sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat untuk mengatasi dan mempertahankan kondisi kesehatan masyarakat melalui penyuluhan hipertensi dan diet hipertensi untuk meningkatkan sikap dan perilaku mengenai hipertensi di RW 04 di Kelurahan Batusari Kecamatan Tangerang.

Berdasarkan latar belakang diatas maka kami akan mengadakan “Penyuluhan Hipertensi dan Diet Hipertensi” yang dimaksudkan untuk menumbuhkan serta meningkatkan peran serta masyarakat khususnya warga RW 04 Kelurahan Batusari Tangerang Kota Tangerang dalam menjaga dan mempertahankan kesehatan lebih baik.

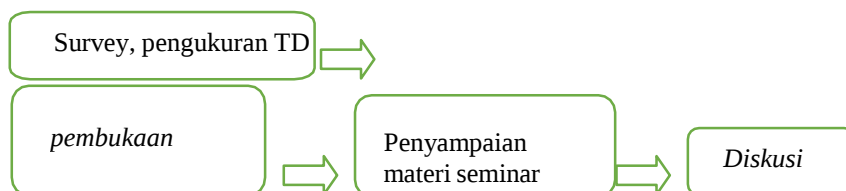
METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di mushalla Batusari. Adapun pendekatan yang digunakan adalah Asset Based Community Development. Pendekatan ini menekankan pada inventarisasi aset yang terdapat di dalam kelompok masyarakat yang dipandang mendukung pada kegiatan pemberdayaan masyarakat.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan pada bulan Oktober 2023. Kegiatan diawali dengan survey pendahuluan ke lokasi pengabdian, tahapan ini bertujuan untuk mengurus perizinan dan penilaian awal terhadap sasaran sebagai mitra. Berdasarkan hasil wawancara yang didapatkan dari mitra yakni Kepala Desa menyatakan telah memiliki aset kader Posyandu. Wawancara dilakukan langsung kepada ibu Kader dan warga, rata-rata mereka memiliki motivasi belajar yang kuat, hal ini ditunjukkan dengan antusiasme mereka untuk mengikuti kegiatan seminar dan rutin melakukan posyandu serta sudah adanya kader PKK yang aktif dan terorganisir dengan Puskesmas.

Berdasarkan hal tersebut, bersama mitra dari kader posyandu dan Kepala desa disepakati untuk dilaksanakan penyuluhan kesehatan terkait Hipertensi dan diet hipertensi. Sasaran kegiatan pemberdayaan dan pelatihan ini adalah kader Posyandu dan warga yang memiliki factor resiko Hipertensi.

Kegiatan pengabdian tersebut diberikan dalam bentuk penyuluhan terkait Hipertensi dan diet hipertensi yang diperlihatkan pada gambar 1. Sasaran kegiatan yakni kader Posyandu dan warga. materi tersebut disampaikan dalam bentuk ceramah. Akhir sesi kegiatan dilanjutkan dengan proses diskusi dan tanya jawab sehingga kader Posyandu dan warga sebagai peserta diberi kesempatan untuk menyampaikan hal-hal yang belum dimengerti.



Gambar 1. Alur pelaksanaan kegiatan

Adapun untuk evaluasi kegiatan secara keseluruhan, kepada para peserta bertanya dan menyimpulkan terkait materi yang disampaikan untuk melihat sejauh mana keberhasilan kegiatan ini dengan melihat indikator tingkat pengetahuan peserta terhadap materi yang disampaikan. .

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin di RW 04 Kelurahan Batusari 2023 (97 KK)

Tabel 1
Jenis Kelamin

No	Kategori	Frekuensi (N)	Presentase (%)
1.	Laki-laki	44	45,4 %
2.	Perempuan	53	54,6 %
	Total	97	100 %

Pada tabel 1 didapatkan bahwa sebagian besar masyarakat di RW 04 berjenis kelamin perempuan sebanyak 53 orang (54,6%).

2. Gambaran Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelompok Pekerjaan di RW 04 Kelurahan Batusari Tahun 2023 (N= 97 KK)

Tabel 2 Pekerjaan

No	Kategori	Frekuensi (N)	Presentase (%)
1	Tidak Bekerja	26	26,8 %
2	Bekerja	71	73,2 %
	Jumlah	97	100,0 %

Pada tabel 2 didapatkan bahwa sebagian besar masyarakat di RW 04 bekerja sebanyak 71 orang (73,2 %).

3. Gambaran Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelompok Agama di RW 04 Kelurahan Batusari Tahun 2023 (N = 97 KK)

Tabel 3 Agama

No	Kategori	Frekuensi (N)	Presentase (%)
1	Islam	68	70,1 %
	2	Katolik 8	8,2 %
	3	Protestan 9	9,3 %
	4	Hindu 8	8,2 %
5.	Budha	4	4,1 %
	Jumlah	97	100,0 %

Pada tabel 3 didapatkan bahwa sebagian besar masyarakat di RW 04 beragama Islam sebanyak 68 orang (70,1 %).

Gambaran Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelompok Penyakit yang terjadi di RW 04 Kelurahan Batusari Tahun 2023 (N= 97 KK)

Tabel 4 Penyakit yang terjadi RW 012

No	Kategori	Frekuensi (N)	Presentasi (%)
1	Hipertensi	53	54,6 %
2	Diabetes Melitus	37	38,1 %
3	ISPA	7	7,2%
	Total	97	100 %

Tabel 4 enunjukkan penyakit yang terjadi di RW 04 Kelurahan Batusari sebagian besar hipertensi sebanyak 53 orang (54,6%)

Gambaran Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelompok Pengetahuan Hipertensi KK di RW 04 Kelurahan Batusari Tahun 2023 (N = 97 KK)

Tabel 5 Pengetahuan Hipertensi

No	Kategori	Frekuensi (N)	Presentasi (%)
1	Buruk	60	61,9 %
2	Baik	37	38,1%
	Total	35	100%

Tabel 5 Menunjukkan Pengetahuan Hipertensi Kepala Keluarga di RW 04Kelurahan Batusarisebagian besar kurang baik sebanyak 60 orang (61,9%).

Gambaran Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelompok Sikap Hipertensi di RW 04Kelurahan BatusariTahun 2023 (N= 97 KK)

Tabel 6 Sikap Hipertensi

No	Kategori	Frekuensi (N)	Presentasi (%)
1	Buruk	76	21,6 %
2	Baik	21	78,4%
3	Total	97	100%

Tabel 6 Menunjukkan Sikap Hipertensi Kepala Keluarga di RW 04Kelurahan Batusarisebagian besar kurang baik sebanyak 76 orang (78,4%)

Gambaran Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelompok Perilaku Hipertensi di RW 04 Kelurahan BatusariTahun 2023 (N = 97 KK)

Tabel 7 Perilaku Hipertensi

No	Kategori	Frekuensi (N)	Presentasi (%)
1	Buruk	67	69,1 %
2	Baik	30	30,9 %
	Total	97	100%

Tabel 7 Menunjukkan Perilaku Hipertensi Kepala Keluarga di RW 04 Kelurahan Batusari sebagian besar buruk sebanyak 67 orang (69,1%)

Dokumentasi Kegiatan

Gambar 1. Tim PKM menyampaikan Materi



Gambar 2. Peserta Kegiatan PKM



Gambar 3. Pengukuran Tekanan darah

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan penyakit hipertensi dan diit hipertensi memiliki dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan warga di Batusari Kota Tangerang. Kegiatan sejenis diperlukan untuk dilaksanakan secara berkala dan berkelanjutan guna meningkatkan seluruh kemampuan warga untuk meningkatkan derajat hidup sehat dan meningkatkan sikap dan perilaku pencegahan hipertensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tangerang, LPPM UMT, Mahasiswa/I Ners UMT tahun 2023, kepala desa dan staf pengurus Desa Batusari beserta kader posyandus dan seluruh warga yang telah mendukung kegiatan ini.

REFERENSI

- Arsyad, Azhar. 2011. Media Pembelajaran. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Durán y Lalaguna, P., & Burelli, T. (2019). The transition from mdgs to sdgs.
- SDGs, Main Contributions and Challenges, 23–34. <https://doi.org/10.18356/9d0991f6-en>
- Effendi, F & Makhfudli. 2009. Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori dan Praktek Dalam Keperawatan. Jakarta: Salemba medika.
- Fauzan, A., Chotimah, I., & Hidana, R. (2019). Implementasi program Indonesia Sehat Dengan Pendekatan Keluarga (PIS-PK) di Puskesmas Mulyaharja Kota Bogor Tahun 2018. PROMOTOR, 2(3), 172. <https://doi.org/10.32832/pro.v2i3.1934>
- Ismail, A. (2019). NGO dalam Diplomasi Ekonomi: Implementasi Program Sustainable Development Goals (SDG's) Poin Pengentasan Ketimpangan Sosial di Indonesia. <https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi- results>
- Kartiningrum, E. D. (2017). Konsep dasar keperawatan komunitas . Stikes Majapahit Mojokerto .
- Nofalia , I. (2018). Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang 2018 (1st ed.). @ 2018 Icme Press.

- Oldistra, F., & Machdum, S. V. (2020). ANALISIS PERENCANAAN KEBIJAKAN JAMINAN KESEHATAN NASIONAL DARI ASPEK KEPESERTAAN DI KEMENTRIAN PPN / BAPPENAS Di Indonesia , konsep UHC digunakan untuk. Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial, April, 63– 86.
- PPNI, D. S. T. P. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia. Jakarta Selatan.
- Rahmawaty, E., Handayani, S., Sari, M. H., & Rahmawati, I. (2019). Sosialisasi Dan Harmonisasi gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) dan program Indonesia Sehat Dengan Pendekatan Keluarga (PIS-PK) di kota sukabumi. LINK, 15(1), 27. <https://doi.org/10.31983/link.v15i1.4385>
- Santoso, M. B., & Raharjo, S. T. (2022). Diskursus Corporate Social Responsibility (CSR) Dalam Mewujudkan Sustainable Development Goals (sdgs). Share : Social Work Journal, 11(2), 100. <https://doi.org/10.24198/share.v11i2.37076>
- Kartiningrum, E. D. (2017). *Konsep dasar keperawatan komunitas* . Stikes Majapahit Mojokerto
- Siti nur kholifah, SKM, M. K. (2017). *keperawatan komunitas dan keluarga*. Stanhope, M., & Lancaster, J. 2016. Community Public Health Nursing. Missouri: Mosby.
- Wahyuningsih, W. (2018). Millenium Developpment Goals (Mdgs) Dan Sustainable Development Goals (Sdgs) Dalam Kesejahteraan Sosial. Bisma, 11(3), 390. <https://doi.org/10.19184/bisma.v11i3.6479>
- Whiteside, A. (2019). From mdgs to sdgs. *Achieving the Sustainable Development Goals*, 36–53. <https://doi.org/10.4324/9780429029622-3>