

## Penyuluhan Hipertensi Dan Pemeriksaan Tekanan Darah Di Asrama Haji Medan

### *Hypertension Counseling and Blood Pressure Checks at the Asrama Haji Medan*

Fitri Handayani<sup>1</sup>, Rizki Kurniaty Hasibuan<sup>2</sup> & Abdul Hamid Lubis<sup>3\*</sup>

<sup>1,2,3\*</sup> Politeknik Kesehatan YRSU Dr. Rusdi Medan, Indonesia

\*Corresponding author: E-mail: [abdulhamidlubis88@gmail.com](mailto:abdulhamidlubis88@gmail.com)

---

#### Abstrak

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana tekanan sistolik darah >140 mmHg sedangkan tekanan diastolik darah > 90 mmHg pada pemeriksaan yang berulang. hipertensi disebut the silent killer disease karena terjadinya sering tanpa keluhan karena tidak menunjukkan gejala, sehingga penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka mengalami hipertensi. Faktor risiko yang berpengaruh menyebabkan hipertensi yaitu umur, jenis kelamin, suku, faktor genetik, faktor lingkungan seperti obesitas, stress, konsumsi garam, merokok, dan konsumsi alkohol. Tujuan dari kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi. Metode yang dilakukan dalam kegiatan ini berupa pendidikan kesehatan yang ditujukan kepada masyarakat dan pemeriksaan tekanan darah dengan metode ceramah dan pemberian media cetak berupa poster. Kegiatan penyuluhan ini dimulai dari pukul 09.00 - 12.00 wib. Hasil dari penyuluhan ini berupa adanya hasil pengukuran tekanan darah peserta di kategori High normal sebanyak 8 orang (32%) dan hipertensi hipertensi ringan sebanyak 10 orang (40 %) dan tekanan darah normal sebanyak 7 orang (28%) serta klasifikasi masyarakat yang memeriksakan tekanan darah berusia ≤ 20 tahun sebanyak 4 orang (16 %), responden yang berusia 20 - 35 tahun sebanyak 10 orang (40%) dan responden yang berusia ≥ 35 tahun 16 orang (64%). Kesimpulan dari penyuluhan kesehatan yang dilakukan yaitu dapat meningkatkan pengetahuan peserta terkait hipertensi

**Kata Kunci:** Hipertensi; Tekanan Darah; Penyuluhan

---

DOI:

## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana tekanan sistolik darah >140 mmHg sedangkan tekanan diastolik darah > 90 mmHg pada pemeriksaan yang berulang (Alfaridzi, 2022). Hipertensi sering disebut sebagai silent killer karena tidak secara langsung membunuh penderitanya, melainkan dengan memicu terjadinya penyakit yang dapat meningkatkan resiko serangan jantung, gagal jantung, stroke dan gagal ginjal (Wahyu, 2021). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) terdapat sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, yang terus meningkat setiap tahunnya. Pada tahun 2025 diperkirakan ada 1,5 Miliar orang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya terdapat 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (WHO, 2020). Dua pertiga penderita hipertensi berada di negara-negara yang ekonominya sedang berkembang, di mana penyakit jantung dan stroke sebagai akibat hipertensi terjadi pada penderita dengan usia yang lebih muda. Sebagian besar penderita hipertensi tidak menyadari bahwa dirinya mengidap hipertensi, dikarenakan hipertensi sering tidak bergejala (Zintan, 2022).

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018) bahwa Indonesia jumlah kesakitan tertinggi akibat penyakit tidak menular diduduki oleh hipertensi sebesar (34,11%), kolesterol (21,2%), dan diabetes melitus (8,5%). Diketahui dari prevalensi hipertensi sebanyak 34,1%, hanya 8,36% yang didapati telah didiagnosis oleh dokter atau riwayat pengobatan, keadaan

ini menunjukkan bahwa mayoritas kejadian hipertensi di masyarakat belum teranalisis dan tergapai oleh pelayanan medis (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Penyuluhan hipertensi dan pemeriksaan tekanan darah yang dilakukan di asrama haji medan ini dilakukan dengan metode ceramah, diharapkan dosen dan mahasiswa Politeknik Kesehatan YRSU Dr. Rusdi Medan sebagai pemateri dapat memberikan keilmuan yang baru tentang hipertensi, pemeriksaan tekanan darah dan dapat memberikan informasi bagi masyarakat, serta upaya dalam menghadapi permasalahan hipertensi. Selanjutnya tim pengabdian kepada masyarakat melakukan pemeriksaan tekanan darah pada masyarakat untuk mengetahui dan screening awal terhadap penderita hipertensi, mendapatkan data jumlah masyarakat yang mengalami hipertensi ringan, sedang dan berat, sehingga pengabdian mampu untuk memberikan edukasi yang tepat dan menyarankan masyarakat untuk melakukan pemeriksaan lanjutan di Puskesmas, klinik atau Rumah Sakit.

## METODE

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh dosen dan mahasiswa Politeknik Kesehatan YRSU Dr. Rusdi Medan dalam rangka meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi dalam bentuk metode ceramah berupa tatap muka dengan media *visual* dan *leaflet*. Dengan kombinasi metode ceramah, *visual* dan *leaflet* diharapkan tingkat pemahaman dan daya ingat

masyarakat yang hadir di asrama haji medan meningkat. Tahap selanjutnya setelah penyampaian materi yaitu melakukan pemeriksaan tekanan darah untuk mendapatkan data terkait dengan tekanan darah peserta pengabdian serta apakah ada yang mengalami hipertensi. Waktu pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat berlangsung mulai pukul 09.00 – 12.00 Wib.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat memiliki dampak yang positif kepada peserta yaitu masyarakat, hal ini terlihat dari antusiasme masyarakat yang hadir di asrama haji Medan dalam mengikuti penyuluhan tersebut. Hasil yang didapatkan berupa pengukuran tekanan darah. Kegiatan ini diikuti dengan baik oleh semua peserta dan mampu untuk menjawab beberapa pertanyaan yang diberikan kepada masyarakat untuk mengukur secara tidak langsung tingkat pemahaman peserta. Hasil kegiatan pendidikan kesehatan tentang hipertensi yang diikuti oleh 25 orang. Berdasarkan dari kegiatan yang telah dilakukan terdapat beberapa hasil evaluasi sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Pengukuran Tekanan Darah

No	Klasifikasi	N	Persentase
1.	Normal	7	28
2.	Hipertensi ringan	10	40
3.	High normal	8	32
	Total	25	100

Tabel 2.Usia

Usia	frekuensi	Persen %
≤ 20 tahun	4	16
20 – 35 tahun	10	40
≥ 35 tahun	16	64
Total	25	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa klasifikasi Hipertensi pada peserta yaitu Hipertensi dengan klasifikasi High normal sebanyak 8 orang (32%) dan hipertensi ringan sebanyak 10 orang (40 %) dan tekanan darah normal sebanyak 7 orang (28%). Hasil dari pengukuran tekanan darah peserta terlihat paling banyak mengalami Hipertensi Ringan, hal ini dikarenakan para peserta tidak pernah memeriksakan kesehatan atau mengecek tekanan darah secara rutin di fasilitas kesehatan, hal tersebut disampaikan oleh masyarakat pada saat pengukuran tekanan darah, selain hal tersebut masyarakat belum memahami tentang makanan yang memicu terjadinya hipertensi dan yang mampu untuk menurunkan tekanan darah, oleh karena itu pada penyuluhan ini tim akan memberikan materi yang berbeda terkait dengan diet pada penderita hipertensi. Dengan menjaga pola hidup yang sehat mampu menurunkan kejadian hipertensi, salah satunya dengan olahraga secara teratur, menghindari stres, menghindari rokok, mengurangi konsumsi garam serta rutin memeriksakan kesehatan .

Berdasarkan Tabel 2 dapat di ketahui bahwa sebagian besar peserta yang berusia ≤ 20 tahun sebanyak 4 orang (16 %), responden yang berusia 20 - 35 tahun sebanyak 10 orang (40%) dan responden yang berusia ≥ 35 tahun 16 orang (64%). Dari hasil pemeriksaan tekanan darah menunjukkan bahwa yang paling banyak mengalami hipertensi adalah usia ≥ 35 tahun. Hal ini disebabkan karena faktor umur dimana terjadi perubahan struktur jantung dan sistem vaskuler mengakibatkan penurunan kemampuan

untuk berfungsi secara efisien. Katub jantung menjadi lebih tebal, vena berkelok-kelok dan kemampuan dalam menangani stres menurun. Usia sangat berpengaruh pada peningkatan tekanan darah, karena elastisitas dinding pembuluh darah sudah berkurang. Evaluasi kegiatan, sebelum kegiatan dilaksanakan tim pengabdian kepada masyarakat menyiapkan segala kebutuhan yang akan digunakan selama kegiatan berlangsung. Kegiatan diikuti oleh peserta dengan baik dan tertib dan mendukung terlaksananya prosen pendidikan kesehatan dan pemeriksaan tekanan darah.

Evaluasi proses berupaya untuk mengetahui tingkat partisipasi peserta dalam mengikuti atau penyuluhan kesehatan tentang hipertensi, masyarakat antusias dalam mengikuti kegiatan tersebut dengan ditandai banyaknya peserta yang bertanya mengenai materi yang telah disampaikan. Selain itu dari hasil pemeriksaan tekanan darah didapatkan klasifikasi dalam rentang tekanan darah high normal. Pada aspek evaluasi hasil dalam penyuluhan kesehatan ini, tim pengabdian kepada masyarakat berupaya untuk melakukan evaluasi terkait dengan penyuluhan kesehatan tentang hipertensi dengan sesi tanya jawab. Evaluasi hasil pengabdian kepada masyarakat mengacu pada indikator keberhasilan kegiatan penyuluhan kesehatan ini, secara umum pelaksanaan kegiatan berjalan dengan baik dan peserta sangat antusias dalam menerima materi dan adanya tanya jawab dua arah antara peserta dan pemateri untuk mengevaluasi tingkat pengetahuan peserta. Tujuan dari penyuluhan

kesehatan ini untuk meningkatkan wawasan mahasiswa tentang hipertensi sehingga masyarakat bisa mengetahui tentang hipertensi. Apa yang menjadi tujuan dari pengabdian kepada masyarakat telah tercapai yang ditandai dengan adanya hasil dari pemeriksaan tekanan darah dan pemahan peserta tentang hipertensi setelah kegiatan terlaksana.

### **SIMPULAN**

Kesimpulan dari hasil pengabdian kepada masyarakat ini yaitu diketahuinya klasifikasi hipertensi pada masyarakat yaitu High normal sebanyak 8 orang (32%) dan hipertensi ringan sebanyak 10 orang (40 %) dan tekanan darah normal sebanyak 7 orang (28%) serta klasifikasi masyarakat yang memeriksakan tekanan darah berusia  $\leq$  20 tahun sebanyak 4 orang (16 %), responden yang berusia 20 - 35 tahun sebanyak 10 orang (40%) dan responden yang berusia  $\geq$  35 tahun 16 orang (64%). Penyuluhan kesehatan yang dilakukan dapat meningkatkan pengetahuan peserta terkait hipertensi.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, S. 2018. *Prosedur Penelitian Satuan Pendekatan Praktik*, Rineka Cipta : Jakarta.
- Dewi Wulandari, Trilestari, Nurul Kusumawardani, 2021. *Tingkat Kepatuhan Penggunaan Obat Antihipertensi di Puskesmas Bantul II Yogyakarta*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Setya Medika* p-ISSN Cetak : 2528-7621. Vol.6, No.1: 30-36 e-ISSN Online: 2579-938X. Tersedia dari <https://jurnal.poltekkes-bsi.ac.id> › bsm › download. Diakses pada tanggal 21 November 2022

- Dhar, Lipi, Dantas, Jaya, & Ali, Mohammed. 2017. A Systematic Review Of Factors Influencing Medication Adherence To Hypertension Treatment In Developing Countries. *Open Journal Of Epidemiology*, 07(03), 211- 250. Google Scholar
- Gede Wahyu Pratama, Ni Luh Putu Ariastuti, 2022. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Pengobatan Hipertensi Pada Lansia Binaan Puskesmas Klungkung 1. Tersedia dari <https://ojs.unud.ac.id/eum/article/download>. Diakses pada tanggal 21 November 2022
- Green, L. W. dan Kreuter, M. W. 2018. *Health Program Planning: An Educational and Ecological Approach*. Fourth Edition. New York: McGraw-Hill.
- Heriyandi, Kartini Hasballah, Teuku Tahlil, 2018. Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Diet Hipertensi Lansia di Aceh Selatan Knowledge, Attitude, and Behavior about Hypertension Diet among Elderly in South Aceh. *Jurnal Ilmu Keperawatan* (2018) 6:1 ISSN: 2338-6371, e-ISSN 2550-018X. Tersedia dari <https://jurnal.unsyiah.ac.id/article/download>. Diakses pada tanggal 12 November 2022
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018. Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar, Kementrian kesehatan RI. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. Tersedia dari <https://dinkes.kalbarprov.go.id/wp-content/uploads/2019/03/Laporan-Riskesdas-2018-Nasional.pdf>. Diakses pada tanggal 21 November 2022. ISSN: 2614-6754 (print) ISSN: 2614-3097(online) Halaman 11665-11676 Volume 6 Nomor 2 Tahun 2022
- Morisky, D., dkk, 2019. New medication adherence scale versus pharmacy fill rates in senior with hipertention. *American Jurnal Of Managed Care*, Vol.15 No. (1): Hal 59- 66.