

**Penyuluhan Keperawatan Komunitas II “Bahaya Akan Hipertensi”
Di Jalan Merak Lingkungan VI Gg. Adil Sei Sikambang B Medan
Sunggal**

***Community Nursing Counseling II “The Danger Of Hypertension”
At Jalan Merak Lingkungan VI Gg. Adil Sei Sikambang B Medan
Sunggal***

Julidia Safitri Parinduri¹, Dady Hidayah Damanik², Jun Edi Samosir Pakpahan³, Aslidar⁴, Corry
Nova Adelina Manurung⁵, Era Zana Nisa⁶
^{1,2,3,4,5,6}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Flora, Indonesia

**Corresponding author:* E-mail: hodayahdady@gmail.com

Abstrak

Tekanan darah tinggi (hipertensi) adalah peningkatan tekanan darah di arteri. Secara umum, hipertensi adalah kondisi tanpa gejala, di mana tekanan tinggi yang tidak normal di arteri meningkatkan risiko stroke, aneurisma, gagal jantung, serangan jantung, dan kerusakan ginjal. Tujuan dari kegiatan penyuluhan bahaya hipertensi ini adalah untuk menyadarkan masyarakat khususnya lansia agar menghindari makanan yang tidak boleh dikonsumsi oleh lansia penderita hipertensi dan merubah gaya hidup menjadi lebih sehat. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah dengan menyebarluaskan informasi kegiatan penyuluhan. Hasil dari kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada tanggal 23 Juni 2023 di Jl. Merak Lingkungan VI Gg. Adil Sei Sikambang B Medan Sunggal. Peserta penyuluhan berjumlah 25 orang dari lansia dan dewasa. Ada 3 dosen pendamping dan 7 mahasiswa.

Kata Kunci: Hipertensi; Lansia dan Remaja, Gaya Hidup, Lingkungan

DOI:

PENDAHULUAN

Penyuluhan adalah bentuk usaha pendidikan nonformal kepada individu atau kelompok masyarakat yang dilakukan secara sistematis, terencana dan terarah dalam usaha mengubah perilaku yang berkelanjutan demi tercapainya peningkatan produksi, pendapatan dan perbaikan kesejahteraan. Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi adalah faktor risiko utama terjadinya penyakit kardiovaskular aterosklerotik, gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal. Hipertensi menimbulkan risiko mortalitas dini, yang meningkat saat tekanan sistolik, dan diastolik meningkat. Peningkatan tekanan darah yang memperpanjang kerusakan pembuluh darah di organ jantung, ginjal, otak dan mata. Hipertensi termasuk masalah yang besar dan serius karena sering tidak terdeteksi meski sudah bertahun-tahun.

Penyelenggaraan penyuluhan ini Kami sangat mengharapkan warga dan kepala lingkungan Jl. Merak Lingkungan VI Gg. Adil Medan sunggal untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya hidup sehat dan lingkungan yang bersih.

METODE

Kegiatan Penyuluhan ini dilakukan bersama dengan beberapa Dosen, Mahasiswa Stikes Flora dan warga. Mahasiswa yang serta serta yaitu sebanyak 7 orang. Peserta atau pasien pada kegiatan penyuluhan menargetkan sejumlah 50 orang lanjut usia. Namun pada realisasinya, peserta yang mengikuti kegiatan penyuluhan ini yaitu sejumlah 25 orang lansia dan 1 remaja. Metode yang dilakukan yaitu dengan penanganan

langsung di tempat selama proses penyuluhan. Hampir seluruh lansia ikut andil dalam melakukan pengecekan gula darah yang sudah di siap kan oleh panitia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Penyuluhan ini yaitu berupa Pengecekan gula darah yang dilaksanakan pada tanggal 23 Juni 2023 di Jl. Merak Lingkungan VI Gg. Adil Sei Sikambing B Medan Sunggal yang diselenggarakan oleh Mahasiswa Stikes Flora.

Jumlah peserta yang datang berjumlah 26 orang yang terdiri dari 25 orang lansia dan 1 orang 1 remaja. Dosen yang mendampingi berjumlah 3 orang beserta 7 Mahasiswa Stikes Flora.



Gambar 1. Peserta dan Panitia Penyuluhan
Sumber Gambar: Foto Pribadi



Gambar 2. Pelaksanaan Pengecekan Gula Darah
Sumber Gambar: Foto Pribadi

SIMPULAN

Kegiatan Penyuluhan Hipertensi dari Stikes Flora telah berhasil dilaksanakan dan melampaui target indikator pemenang peserta sebesar lebih dari 80%, yaitu sebanyak 25 Lansia dan 1 Remaja. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 23 Juni 2023 yang bertempat di Halaman Warga Jl. Merak Lingkungan VI Gg. Adil Sei Sikambing B Medan Sunggal. Beberapa pihak yang terlibat dalam suksesnya acara ini antara lain dari warga, Kepala Lingkungan, Dosen, dan Mahasiswa Stikes Flora.

UCAPAN TERIMAKASIH

Berisi ucapan terima kasih kepada Warga dan kepala desa Jl. Merak Lingkungan VI Gg. Adil Sei Sikambing B Medan Sunggal yang telah memeriahkan dengan antusias penyuluhan hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Mahmudah, U., Cahyati, W.H., dan Wahyuningsih, A.S. 2013. "Jurnal Kesehatan Masyarakat" dalam Jurnal Kesehatan Masyarakat. Jilid 8 (2). Hlm.113-120. Dikutip dari <https://doi.org/ISSN1858-1196>. Diakses tanggal 21 Juli 2023.
- Park, J.B., Kario, K., dan Wang, J.G. 2015. "Hipertensi Sistolik: Tantangan Klinis yang Meningkat di Asia" dalam Penelitian Hipertensi. Jilid 38 (4). Hlm. 227-236. Dikutip dari <https://doi.org/10.1038/hr.2014.169>. Diakses tanggal 21 Juli 2023.
- Rahmadiana, M. 2012. "Komunikasi Kesehatan: Sebuah Tinjauan" dalam Jurnal Psikogenesis. Jilid 1 (1). Hlm. 88-94.