



DETEKSI AWAL DAN PENINGKATAN KESADARAN TERHADAP PENYAKIT HIPERTENSI WARGA DUSUN III DESA OEIKA

Oleh

Febtian Cendradevi Nugroho¹, Maria Agustina Making², Roswita Victoria Rambu Roku³, Yustinus Rindu⁴, Aemilianus Mau⁵, Trifonia Nurwela⁶, Yulianti Banhae⁷, Meyeriance Kapitan⁸, Antonia Helena Hamu⁹, Kori Limbong¹⁰

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10}Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang

E-mail: 1febtian_cendradevi_nugroho@yahoo.com

Article History:

Received: 17-05-2024

Revised: 27-05-2024

Accepted: 17-06-2024

Keywords:

Hipertensi, Deteksi Awal,
Peningkatan Kesadaran

Abstract: Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang jumlah penderitanya meningkat dari tahun ke tahun. Saat ini hipertensi telah menjadi perhatian global. Tidak hanya di lingkungan perkotaan, tetapi juga pedesaan. Komplikasi akibat hipertensi dapat menyebabkan beberapa penyakit yang mematikan. Sehingga, deteksi awal penyakit dan peningkatan kesadaran melalui pendidikan kesehatan sangat penting dilaksanakan. Peningkatan kesadaran dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan melalui metode ceramah dan tanya jawab serta diskusi. Hasil dari deteksi awal, ditemukan bahwa terdapat 27% dari 76 warga yang menghadiri kegiatan ini tergolong hipertensi. Mayoritas tingkat pengetahuan warga berada pada kategori baik (70%) setelah dilakukan pendidikan kesehatan. Kegiatan deteksi awal dan peningkatan kesadaran melalui pendidikan kesehatan disarankan dilakukan secara berkala untuk mencegah terjadinya komplikasi lanjutan dari hipertensi.

PENDAHULUAN

Penyakit modern mengalami transformasi yang mencolok, terutama ditandai dengan peralihan epidemiologi di mana penyebab utama penyakit dan kematian beralih dari penyakit infeksi menjadi penyakit tidak menular (Tina Muzaenah 2024). Penyakit hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi perhatian Masyarakat global. Diperkirakan sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, dengan dua pertiga tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Sekitar 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka mengidap kondisi ini. Kurang dari setengah (42%) dari mereka yang memiliki hipertensi telah terdiagnosis dan mendapatkan pengobatan. Sekitar 1 dari 5 orang dewasa (21%) dengan hipertensi berhasil mengendalikan kondisinya. Hipertensi adalah penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Salah satu target global untuk penyakit tidak menular adalah mengurangi prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030 (WHO 2023). Indonesia merupakan salah satu negara yang 1 dari 3 penduduknya memiliki kemungkinan menderita hipertensi atau dapat juga disebut sebagai *silent killer*



(SehatNegeriku 2023).

Jika hipertensi tidak ditangani, komplikasinya dapat mempengaruhi sistem kardiovaskular, saraf, dan ginjal. Peningkatan laju aterosklerosis meningkatkan risiko penyakit jantung koroner dan stroke. Beban kerja ventrikel kiri meningkat, menyebabkan hipertrofi ventrikel yang kemudian meningkatkan risiko penyakit jantung koroner, aritmia, dan gagal jantung. Sebagian besar kematian akibat hipertensi disebabkan oleh penyakit jantung koroner dan infark miokardium akut atau gagal jantung (Putri, Ludiana and Ayubbana 2022).

Kumpulan penyakit-penyakit akibat hipertensi ini sangat mengganggu aktivitas keseharian pasien. Bukan hanya aktivitas keseharian, tetapi juga kualitas hidup pasiennya. Terdapat penelitian yang mengemukakan bahwa 40% kualitas hidup pasien hipertensi memiliki kualitas hidup yang sedang (Rohana, Pome and Ulfa 2023).

Dalam upaya meningkatkan kualitas hidup masyarakat, deteksi awal dan peningkatan kesadaran terhadap hipertensi menjadi langkah penting. Dengan deteksi dini, individu yang berisiko dapat segera mendapatkan penanganan yang tepat, sehingga mencegah perkembangan penyakit yang lebih parah. Peningkatan kesadaran juga berperan penting dalam mendorong gaya hidup sehat dan pemeriksaan kesehatan rutin. Melalui program-program edukasi dan pemeriksaan tekanan darah diharapkan masyarakat Dusun III Desa Oeika dapat lebih memahami pentingnya pencegahan dan pengelolaan hipertensi. Hal ini diharapkan akan mengurangi angka kejadian hipertensi dan meningkatkan kesejahteraan umum di wilayah tersebut.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan di Gereja Sontentus Desa Oeika pada 21 Januari 2024 setelah kegiatan gereja pada hari tersebut. Terdapat 76 warga mengikuti kegiatan ini. Proses kegiatan dimulai dengan deteksi awal oleh tim yang terdiri dari dosen, mahasiswa dan juga pihak Puskesmas.

Pengukuran tekanan darah dilakukan pada setiap warga berusia dari 15 tahun, kemudian dilanjutkan dengan pemberian edukasi tentang hipertensi dengan media leaflet. Metode yang digunakan adalah ceramah, tanya jawab dan diskusi. Hasil dari kegiatan ini adalah menambah pengetahuan warga tentang hipertensi sehingga diharapkan meningkatkan kesadaran tentang penyakit tersebut dan deteksi awal kejadian hipertensi pada Masyarakat.

HASIL

Masyarakat Dusun III Desa Oeika mengikuti kegiatan dengan antusias setelah kebaktian gereja selesai. Setelah mengisi daftar hadir, warga diminta untuk duduk sesuai nomor urutan untuk dilakukan pengukuran tekanan darah. Setelah dilakukan pengukuran tekanan darah, warga yang terdeteksi memiliki tekanan darah tinggi, diarahkan untuk menuju meja tim medis Puskesmas untuk diberikan pengobatan. Kemudian, warga diarahkan untuk berkumpul dan mendengarkan Pendidikan Kesehatan oleh tim pengabdian kepada Masyarakat. Warga antusias bertanya seputar pengetahuan tentang hipertensi, terutama tentang tanda dan gejala. Antusiasme tentang tanda dan gejala tersebut terjadi karena terdapat warga yang terdeteksi mengalami hipertensi, khususnya grade II. Masyarakat merasa bahwa tanda dan gejala yang mereka rasakan adalah hal biasa



yang ditemui mungkin karena kelelahan. Ternyata itu adalah tanda dan gejala untuk pasien hipertensi. Sehingga, Masyarakat sangat antusias untuk menanyakan hal tersebut.

Temuan hasil deteksi awal dan peningkatan pengetahuan tentang hipertensi di Dusun III Desa Oeika menunjukkan sejumlah temuan penting. Dari hasil deteksi awal, ditemukan bahwa warga yang sebelumnya tidak menyadari kondisi tekanan darah mereka ternyata menderita hipertensi. Ini menekankan pentingnya pemeriksaan rutin, karena banyak kasus hipertensi yang tidak terdiagnosis akibat kurangnya gejala yang jelas. Setelah kegiatan dilaksanakan, didapatkan hasil bahwa terdapat 27% warga yang tergolong hipertensi, terbagi atas 0.11% masuk ke golongan pre hipertensi, 33% hipertensi grade 1, dan 37% hipertensi grade 2.

Peningkatan pengetahuan tentang hipertensi juga memberikan dampak positif yang signifikan. Melalui program edukasi yang dilaksanakan, warga menjadi lebih sadar akan faktor risiko, gejala, dan pentingnya pengelolaan hipertensi. Sebagian besar warga dapat menjawab pertanyaan evaluasi yang diberikan oleh tim setelah pemberian edukasi dilaksanakan. Pemberian pengetahuan ditekankan pada pemahaman factor resiko, kesadaran akan gejala dan pentingnya deteksi awal, perubahan gaya hidup dan kepatuhan pengobatan. Sebelum diadakan Pendidikan Kesehatan, Tingkat pengetahuan tentang hipertensi mayoritas warga berada level kurang (65%). Tingkat pengetahuan warga meningkat menjadi 70% di level baik, 20% cukup dan 10% kurang setelah diberikan edukasi melalui leaflet dan juga sesi tanya jawab dan diskusi.

Berikut adalah gambar dokumentasi kegiatan.



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di Desa Oeika



Gambar 2. Foto Bersama Setelah Kegiatan

DISKUSI

Hasil pemeriksaan deteksi awal hipertensi di Dusun III Desa Oeika memperlihatkan hasil bahwa sebagian warga yang sebelumnya tidak waspada terhadap kondisi kesehatan mereka ternyata menderita hipertensi. Hal tersebut merupakan Fenomena yang memperkuat bahwa hipertensi sering kali tidak terdiagnosis di awal karena gejalanya yang tidak jelas. Hal ini penting karena tanpa gejala yang jelas, seseorang mungkin tidak merasa penting untuk melakukan pemeriksaan kesehatan rutin dan segera. Program skrining Kesehatan berkala di komunitas warga merupakan hal yang penting dilakukan, khususnya warga pedesaan yang kemungkinan besar memiliki jarak yang lumayan jauh dari fasilitas Kesehatan.

Deteksi awal dapat membantu pasien hipertensi untuk lebih awal juga melaksanakan manajemen hipertensi. Sehingga, kejadian komplikasi, seperti jantung coroner, stroke, gagal jantung, dan gagal ginjal serta komplikasi lainnya dapat dihindari (Surahma Asti Mulasari 2024). Apabila diketahui sejak awal, pasien dapat melakukan perubahan gaya hidup, dan mulai membiasakan diri untuk patuh terhadap regimen pengobatan yang diberikan oleh tim medis. Selain itu, dengan pencegahan komplikasi hipertensi sejak awal, dapat menekan biaya Kesehatan yang dikeluarkan, baik dari pasien sendiri maupun oleh pemerintah. Perawatan hipertensi yang tidak terkontrol membutuhkan dana yang lebih besar. Hipertensi menimbulkan beban ekonomi yang signifikan, dimana biaya tidak langsung yang harus ditanggung oleh penderita lebih besar daripada biaya langsungnya. Terdapat sejumlah penderita hipertensi yang belum menyadari dampak ekonomi yang besar dari penyakit ini (Utari and Rochmah 2019).

Program deteksi dini yang dilakukan dalam komunitas warga dapat meningkatkan kesadaran serta partisipasi masyarakat dalam menjaga kesehatan masyarakat secara menyeluruh. Pembentukan budaya di mana pemeriksaan kesehatan berkala menjadi sebuah kebiasaan yang ada dalam keseharian. Masyarakat sebagai komunitas perlu melaksanakan hal tersebut agar penderita hipertensi dapat mengontrol tekanan darahnya sejak dini (Lestari, Harun and Hiryadi 2022).

Selain deteksi awal yang dapat meningkatkan kesadaran warga, khususnya pasien



hipertensi, pemberian edukasi untuk meningkatkan pengetahuan merupakan hal yang penting. Hasil penelitian terdahulu menyebutkan bahwa dengan edukasi, tata laksana hipertensi dapat dilakukan secara efektif (Ni Luh Putu Ekarini 2022). Kepatuhan minum obat pasien juga meningkat sebagai kompensasi dari pemberian edukasi yang meningkatkan kesadaran diri pasien hipertensi (Tumurang 2023).

Pendidikan kesehatan, atau penyuluhan kesehatan, merupakan upaya pendidikan yang bertujuan untuk menyebarkan pesan dan memupuk keyakinan sehingga masyarakat tidak hanya memiliki kesadaran, pengetahuan, dan pemahaman tentang kesehatan, tetapi juga termotivasi dan mampu untuk melaksanakan anjuran yang berkaitan dengan Kesehatan (Dwiningtyas 2023). Pemberian edukasi kepada komunitas akan membawa efek jangka Panjang yang menguntungkan. Diantaranya adalah membantu memperkuat peran komunitas dalam upaya pencegahan komplikasi hipertensi. Selain itu, dengan pemberian edukasi, Masyarakat dapat saling mendukung dan mengingatkan terkait kondisi Kesehatan mereka. Lingkungan yang mendukung tersebut diharapkan dapat membawa pengaruh baik dalam hal gaya hidup sehat, motivasi untuk pemeriksaan rutin, dan kepatuhan minum obat. Dukungan social merupakan hal yang penting, selain dukungan keluarga, bagi pasien hipertensi dan penyakit kronis lainnya. Apabila anggota keluarga dan rekan-rekan paham tentang kondisi Kesehatan pasien dan juga tentang hipertensi, maka diharapkan pasien mendapatkan dukungan emosional yang baik. Sehingga membantu pasien untuk mengelola stress yang dihadapi akibat kondisi kesehatannya.

Selain itu, dengan paham terhadap penyakit hipertensi, Masyarakat dapat mulai menerapkan gaya hidup sehat. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa gaya hidup memiliki pengaruh terhadap kejadian hipertensi, khususnya gaya hidup dengan mengonsumsi makanan bergaram (Dwiningtyas 2023). Gaya hidup makan makanan mengandung garam berlebihan dapat meningkatkan kejadian hipertensi (Janu Purwono 2020).

KESIMPULAN

Deteksi awal memungkinkan identifikasi kondisi hipertensi pada tahap awal, sebelum munculnya komplikasi serius, sehingga memungkinkan intervensi yang lebih cepat dan efektif. Edukasi memainkan peran penting dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman pasien tentang hipertensi, termasuk faktor risiko, pentingnya gaya hidup sehat, dan kepatuhan terhadap pengobatan yang diresepkan. Kombinasi dari deteksi awal dan edukasi ini tidak hanya membantu mengurangi prevalensi hipertensi tetapi juga mengurangi risiko komplikasi jangka panjang, meningkatkan kualitas hidup pasien, dan mengurangi beban ekonomi dan kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Oleh karena itu, upaya berkelanjutan dalam deteksi dini dan edukasi kesehatan harus terus didorong dan ditingkatkan untuk mengatasi tantangan yang ditimbulkan oleh hipertensi.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Dwiningtyas, Mumpuni. "DETEKSI DINI RISIKO HIPERTENSI DAN EDUKASI KESEHATAN PADAMAHASISWA PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN STIKES PEMKAB JOMBANG." *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2023: 696-703.
- [2] Janu Purwono, Rita Sari, Ati Ratnasari, Apri Budiando. "POLA KONSUMSI GARAM DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA." *Jurnal Wacana Kesehatan*, 2020: 531-542.



- [3] Lestari, Mery, Lukman Harun, and Hiryadi. "GAMBARAN UPAYA DETEKSI DINI DAN PENCEGAHAN HIPERTENSI DI DESA KAYU BAWANG DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GAMBUT." *Journal of Nursing Intervention*, 2022: 31-138.
- [4] Ni Luh Putu Ekarini, Suhana Haeriyanto, Paula Krisanty, Nelly Yardes, Suratun. "PENGARUH EDUKASI TENTANG PENATALAKSANAAN HIPERTENSI PADA USIA DEWASA TERHADAP KEMAMPUAN MENGONTROL HIPERTENSI." *Prosiding Seminar Nasional Poltekkes Jakarta III 2022*. JAKARTA: Poltekkes Jakarta III, 2022. 109-117.
- [5] Putri, Masniari, Ludiana, and Sapti Ayubbana. "PENERAPAN PEMBERIAN RELAKSASI OTOT PROGRESIF TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS YOSOMULYO KOTA METRO TAHUN 2021." *Jurnal Cendikia Muda*, 2022: 246-254.
- [6] Rohana, I Gusti Ayu Putu Desy, Gunardi Pome, and Masayu Hartina Ulfa. "Gambaran Tingkat Kualitas Hidup Pasien Hipertensi di Wilayah Binaan UPTD Puskesmas Sukaraya." *Lentera Perawat*, 2023: 53-61.
- [7] SehatNegeriku. *Hipertensi Disebut sebagai Silent Killer, Menkes Budi Imbau Rutin Cek Tekanan Darah*. Juni 07, 2023. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20230607/0843182/hipertensi-disebut-sebagai-silent-killer-menkes-budi-imbau-rutin-cek-tekanan-darah/>.
- [8] Surahma Asti Mulasari, Hesti Hariyati, Zalsabella Aryanda Prastiwi, Triana Aprilyta Annisa. "PARTISIPASI MASYARAKAT DALAM PENURUNAN RESIKO HIPERTENSI DAN PENTINGNYA AKTIVITAS FISIK DI DUSUN WONOCATUR BANGUNTAPAN BANTUL." *Wikrama Parahita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2024: 137-143.
- [9] Tina Muzaenah, Wahyu Riyaningrum, Mustiah Yulistiani, A. Sulaeman. "Deteksi Dini Sebagai Upaya Preventif Penyakit Hipertensi dan Diabetes Melitus Melalui Program Pojok Sate Gurah." *Tina Muzaenah1*, Wahyu Riyaningrum1, Mustiah Yulistiani1, A. Sulaeman*, 2024: 40-44.
- [10] Tumurang, Marjes netro. "Literature Review : Pengaruh Edukasi Kesehatan Tentang Kepatuhan Mengonsumsi Obat Terhadap Pengetahuan Pada Penderita Hipertensi." *Journal Nursing Care*, 2023: 1-12.
- [11] Utari, Atika Binti, and Thinni Nurul Rochmah. "ANALISIS BURDEN OF DISEASE HIPERTENSI PADA MASYARAKAT DI KABUPATEN KEDIRI." *The Indonesian Journal of Public Health*, 2019: 38-149.
- [12] WHO. *Hypertension*. Maret 16, 2023. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>.