

PENGARUH EDUKASI TERHADAP PENGETAHUAN HIPERTENSI MASYARAKAT DI KABUPATEN KUANTAN SINGINGI, RIAU

Nurul Kodriati¹, Ulfa Afrianti Ngupulu^{2*}

^{1,2}Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan

*Corresponding author: nurul.kodriati@ikm.uad.ac.id

ABSTRACT

Hypertension is no longer just a health issue in Indonesia; it has become a global issue. Globally, hypertension has risen to 74,5 million people. According to Riskesdas 2013, the national prevalence of hypertension is 25.8%, with only one-third of those diagnosed having hypertension and 0.7% having a higher risk of developing hypertension. The purpose of this research is to educate people about hypertension and how to prevent it. The method used in this study is community diagnostic, in which participants conduct a lengthy survey to learn about the primary health issues that are occurring in the study area. Paired T-test was used to compare respondents' knowledge pre and post intervention. A survey conducted in Desa Sungai Sirih RT 20 RW 07 Kuantan Singingi found that people's desire to live a healthy life has a significant impact on the level of hypertension in the area. Following that, priority health issues and interventions will be prioritized. The use of posters in hypertension education is recommended in order to increase public awareness. The knowledge of the respondents after the intervention was significantly increased compared before intervention. Education about hypertension should continue in order to improve the prevalence and effectiveness of hypertension treatment.

Keywords: *education; hypertension; knowledge*

ABSTRAK

Hipertensi telah menjadi masalah kesehatan tidak hanya di Indonesia tetapi telah menjadi masalah dunia. Secara global, hipertensi telah mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa. Prevalensi hipertensi nasional berdasarkan Riskesdas 2013 sebesar 25,8% dengan orang yang mengalami hipertensi hanya 1/3 yang terdiagnosis dan 0,7% orang yang terdiagnosis tekanan darah tinggi memiliki kebiasaan meminum obat hipertensi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan edukasi tentang hipertensi dan cara pencegahannya sejak dini. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *community diagnostic* dimana peneliti melakukan survey secara langsung untuk mengetahui masalah kesehatan utama yang terjadi di lingkungan tersebut. Survey yang telah dilakukan di Desa Sungai Sirih RT 20 RW 07 Kuantan Singingi menunjukkan bahwa kesadaran masyarakat akan perilaku hidup sehat masih rendah berkontribusi pada tingginya hipertensi di lingkungan tersebut. Selanjutnya dilakukan penentuan prioritas masalah kesehatan dan intervensi yang diperlukan. Edukasi hipertensi dengan menggunakan poster dipilih untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat. Hasil Uji Paired t-test menunjukkan rata-rata adanya perbedaan pengetahuan responden sebelum dan setelah edukasi yang signifikan. Edukasi tentang hipertensi perlu terus dilakukan untuk meningkatkan kepedulian dan kepatuhan pengobatan hipertensi jangka Panjang di Kabupaten Kuantan Singingi, Riau.

Kata kunci: *edukasi; hipertensi; pengetahuan*

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan masalah kesehatan terbesar di dunia karena tingginya tingkat prevalensi dan berhubungan dengan peningkatan resiko penyakit kardiovaskular. Hipertensi hampir mempengaruhi 26% dari populasi orang dewasa di seluruh dunia bahkan pada tahun 2025 diproyeksikan 29% dari populasi dunia (1,56 miliar orang dewasa) akan mengalami hipertensi [1].

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang. Peningkatan tekanan darah dengan jangka waktu yang lama dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal, jantung dan otak apabila tidak dilakukan pengobatan secara dini [2]. Hipertensi dibedakan menjadi dua macam, yakni hipertensi primer (esensial) dan hipertensi sekunder. Hipertensi dipicu oleh beberapa faktor risiko, seperti faktor genetik, obesitas, kelebihan asupan natrium, dislipidemia, kurangnya aktivitas fisik, dan defisiensi vitamin D [3].

Hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian dini pada masyarakat di dunia dan semakin lama, permasalahan tersebut semakin meningkat. WHO telah memperkirakan pada tahun 2025 nanti, 1,5 milyar orang di dunia akan menderita hipertensi tiap tahunnya. Tingginya angka kejadian hipertensi di dunia, dipengaruhi oleh dua jenis faktor, yaitu yang tidak bisa diubah seperti umur, jenis kelamin, ras. Faktor yang bisa diubah di antaranya obesitas, konsumsi alkohol, kurang olahraga, konsumsi garam yang berlebihan, dan kebiasaan merokok [4]. Kejadian hipertensi di seluruh dunia mencapai lebih dari 1,3 milyar orang, yang mana angka tersebut menggambarkan 31% jumlah penduduk dewasa di dunia yang mengalami peningkatan sebesar 5,1% lebih besar dibanding prevalensi global pada tahun 2000-2010 [5].

Secara global, hipertensi telah mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa. Prevalensi hipertensi nasional berdasarkan Riskesdas 2013 sebesar 25,8% dengan orang yang mengalami hipertensi hanya 1/3 yang terdiagnosis sedangkan 2/3 tidak terdiagnosis dan 0,7% orang yang terdiagnosis tekanan darah tinggi dengan memiliki kebiasaan meminum obat hipertensi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi tidak menyadari menderita hipertensi [6].

Berdasarkan data Program Pengamatan dan Pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM) di Kabupaten Kuantan Singingi, Prevalensi hipertensi adalah sebesar 48,8%. Kuantan Singingi masuk pada peringkat tujuh sebagai wilayah yang memiliki penderita hipertensi tertinggi yakni 46,29% dengan prevalensi hipertensi tinggi di pulau Sumatera, dengan jumlah penduduk di Kuantan Singingi sebesar 214.554 dengan tingkat kepadatan 28 jiwa/m². Melihat besarnya prevalensi hipertensi di kabupaten atau kota tersebut, yang hampir mencapai 50% dari total penduduk, dapat dikatakan bahwa sebagian besar dari total penduduk di Kuantan Singingi menderita hipertensi.

Hipertensi bisa menyebabkan masalah kesehatan lainnya seperti penyakit jantung coroner (PJK). Hal inilah yang seringkali ditakuti oleh masyarakat pada umumnya. Orang yang menderita Hipertensi 5,6 kali lebih berisiko menderita PJK [7]. Salah satunya adalah terjadinya penyempitan pembuluh darah. Jika hal hal seperti ini terjadi akan mengakibatkan terjadinya komplikasi pada organ tubuh lainnya dan mengakibatkan kefatalan seperti kematian. Hipertensi dapat menyerang siapa saja dan kapan saja tanpa pandang usia dan

jenis kelamin karena salah satu faktor pendorong terjadinya hipertensi adalah gaya hidup manusia itu sendiri. Oleh sebab itu, hipertensi harus dicegah sejak dini dengan mengatur pola hidup sehat.

METODE

Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah metode *community diagnostic*, yaitu suatu metode diagnosis komunitas yang meliputi pemecahan masalah kesehatan keluarga sebagai unit primer komunitas masyarakat yang menjadi fokus penegakkan diagnosis komunitas. Tujuan dari *community diagnosis* adalah untuk mengidentifikasi dan menganalisis permasalahan kesehatan yang mendasar, menemukan prioritas masalah dan menyusun solusi hingga alternatif pemecahan masalah.

Langkah menentukan *Community Diagnosis* yaitu dengan cara melakukan beberapa tahapan mulai dari identifikasi masalah, prioritas masalah, penentuan akar masalah dan intervensi [8]. *Community analysis* terdiri dari penyiapan data sumber daya, kebutuhan kesehatan, dan permasalahan kesehatan yang ada di masyarakat. *Community diagnosis* dilakukan melalui tahapan pra lapangan yaitu: melakukan penelusuran data sekunder penunjang yang dapat dilihat dari data profil wilayah, data Puskesmas dengan beberapa penyakit yang dianggap memiliki persentase tertinggi, dan penyiapan *tools/ instrumen* penelitian (panduan wawancara, pedoman FGD, *checklist* observasi).

Community diagnosis ini dilaksanakan pada tanggal 04 - 20 April 2022 secara mandiri di RT 20 RW 07 Dusun Sidomulyo, Desa Sungai Sirih, Kec. Singingi, Kabupaten Kuantan Singingi, Riau. Pengambilan data *community diagnosis* ini dilakukan dengan mengisi kuesioner yang telah disediakan dan melakukan wawancara mendalam kepada setiap keluarga. Selanjutnya peneliti melakukan Musyawarah Masyarakat Desa (MMD) bersama dengan beberapa stakeholder setempat dengan tujuan menentukan prioritas masalah yang akan di angkat menggunakan metode Analisis *Urgency, Seriousness, Growth* (USG). Permasalahan utama yang ditemukan pada MMD tersebut adalah masalah hipertensi. Oleh sebab itu, peneliti ingin memberikan penyuluhan kepada masyarakat di desa sungai sirih terkait dengan masalah hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengumpulan data *community diagnosis* menggunakan kuesioner dan wawancaramendalam yang dilakukan di RT 20 RW 07 Desa sungai sirih yang didapatkan dari 34 Kepala Keluarga (KK) kemudian dilakukan pengolahan terkait dengan masalah kesehatan yang paling tinggi diderita oleh masyarakat di RT tersebut. Data yang didapatkan kemudian diolah menggunakan Excel kemudian di musyawarahkan bersama dengan pemangku kebijakan di RT tersebut. Selanjutnya digunakan Metode USG guna untuk menentukan prioritas masalah kesehatan yang akan di tetapkan dalam pemberian intervensi kepada masyarakat. Berdasarkan *community diagnosis* didapatkan lima masalah kesehatan yang menjadi masalah prioritas.

Berdasarkan dengan hasil prioritas masalah kesehatan yang didapatkan diketahui bahwa hipertensi menjadi masalah kesehatan yang cukup tinggi di RT 20 RW 07 Dusun Sidomulyo. Masalah hipertensi ini sangat penting untuk di selesaikan karena masih banyaknya gaya hidup masyarakat yang tidak sehat. Tidak hanya gaya hidup, adanya faktor

pendorong lain yang dapat meningkatkan terjadinya hipertensi. Setelah mendapatkan lima masalah kesehatan yang terjadi di RT 20, selanjutnya dilakukan analisis prioritas masalah kesehatan bersama dengan pemangku kebijakan di RT 20 Desa sungai sirih menggunakan metode USG (*Urgency, Seriousness, and Growth*).



Gambar 1. Musyawarah Masyarakat Desa di RT 20

MMD ini berlangsung di salah satu rumah pemangku kebijakan di RT 20 RW 07 Dusun Sidomulyo (Gambar 1), Desa Sungai Sirih. Setelah menentukan prioritas masalah kesehatan hipertensi kemudian dilakukan intervensi bersama dengan masyarakat di RT 20 RW 07 untuk memberikan pemahaman lebih dalam lagi kepada masyarakat tentang penyakit hipertensi ini.

Penetapan prioritas masalah kesehatan di RT 20 RW 07 Dusun Sidomulyo Desa Sungai Sirih selanjutnya diikuti dengan langkah intervensi yang dilakukan melalui penyuluhan kesehatan kepada warga. Hal itu agar warga memahami segala hal terkait dengan penyakit hipertensi. Menurut Fakhriyah (2021) Penyuluhan kesehatan adalah penambahan pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik praktik belajar atau instruksi dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi perilaku manusia baik secara individu, kelompok untuk mengubah perilakunya menjadi perilaku hidup sehat [9]. Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman lebih dalam lagi kepada masyarakat terkait masalah hipertensi.

Penyebab pasti terjadinya hipertensi sampai saat ini masih belum diketahui. Namun ada beberapa faktor yang menjadi risiko terjadinya hipertensi, seperti jenis kelamin, usia, obesitas, merokok dan kurangnya aktivitas fisik [10]. Metode penyuluhan ini dilakukan dengan dua metode yaitu dengan melakukan penyuluhan secara langsung kepada beberapa sasaran di RT 20 dan ada juga dengan penyuluhan secara tidak langsung dengan memberikan poster seperti penempelan poster di beberapa tempat umum.



Gambar 2. Poster edukasi hipertensi

Media penyuluhan yang digunakan dalam kegiatan intervensi ini adalah media poster seperti dalam Gambar 2. Penyuluhan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat di RT 20 dan dapat menyadari akan pentingnya gaya hidup sehat untuk mencegah hipertensi sejak dini. Masyarakat lebih banyak yang memilih media poster sebagai media intervensi yang digunakan karena menurut mereka media poster terbilang cukup mudah di lihat dan lebih efisiensi dari pada media lainnya. Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada tanggal 19 Juni 2022 di RT 20 RW 07 Desa sungai sirih. Selama proses penyuluhan media poster masyarakat dapat melihat dan menyimak dengan seksama materi terkait hipertensi yang disampaikan oleh narasumber. Gambar 3 menunjukkan proses penyuluhan yang dilaksanakan.



Gambar 3. Kegiatan edukasi hipertensi

Kegiatan ini juga mengukur pengetahuan masyarakat terkait dengan masalah hipertensi. Pengukuran pengetahuan masyarakat tersebut dilakukan sebelum diberikan penyuluhan dengan menggunakan kuesioner *pre-test* yang telah disiapkan dan di cetak lalu disebarakan kepada responden. Berikutnya kuesioner *post-test* di sebarakan kembali setelah diberikan penyuluhan kepada responden. Selanjutnya dilakukan analisis efektivitas penyuluhan yang dilakukan untuk melihat peningkatan pengetahuan masyarakat tentang

hipertensi. Berikut adalah evaluasi dari intervensi terkait dengan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi.

Tabel 1. Skor pre-test dan post-test pengetahuan hipertensi

Jenis	Mean	SD	t-Test	95%CI
Pre	65	9.2	15.6	27.8 – 36.2
Post	92	8.9		

Table 1 menunjukkan bahwa didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan terhadap pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah dilakukannya intervensi dengan media poster. Penyebaran media poster ini tidak hanya dilakukan secara langsung namun juga tempatkan di beberapa tempat umum seperti kantor desa, pos ronda dan tempat umum lainnya. Dengan adanya penyuluhan ini diharapkan dapat meningkatkan wawasan masyarakat terkait dengan masalah hipertensi dan mengubah kebiasaan buruk masyarakat untuk tetap hidup sehat.

Hasil edukasi didapatkan bahwa skor pengetahuan masyarakat jauh meningkat setelah mendapatkan penyuluhan tersebut. Meskipun menurut Eshah & Al-Daken (2016) menyatakan bahwa pengetahuan yang tinggi hanya bisa didapatkan pada mereka yang berpendidikan tinggi, rajin berolah raga dan melakukan control rutin dan bukan hanya karena penyuluhan saja [11]. Selain itu, tingkat literasi kesehatan juga perlu diketahui karena tingkat literasi ini menjadi mediasi antara tingkat pendidikan dan pengetahuan mengenai hipertensi [12].

KESIMPULAN

Dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui beberapa kegiatan termasuk community diagnosa, MMD dan penyuluhan tentang hipertensi, dapat diambil kesimpulan bahwa masalah kesehatan yang menjadi prioritas masalah adalah masalah hipertensi dan kurangnya pengetahuan mengenai tata laksana hipertensi. metode penyuluhan kesehatan terkait dengan masalah hipertensi dan dilengkapi dengan pembuatan dan pemberian media poster. Saran untuk kegiatan selanjutnya yaitu perlu dilakukan monitoring secara berkala untuk memastikan masyarakat penderita hipertensi masih terus melakukan pengobatan secara rutin dan mengubah gaya hidup menjadi lebih sehat seperti menurunkan konsumsi garam, makan makanan yang seimbang, dan meningkatkan aktivitas fisik sehari-hari. kegiatan simulasi evakuasi secara nyata yang melibatkan penduduk dan aparat terkait setempat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami sampaikan kepada warga Masyarakat di RT 20 RW 07 Dusun Sidomulyo, Desa Sungai Sirih, Kecamatan Singingi, Kabupaten Kuantan Singingi, Riau.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Hamria, Mien, and M. Saranani, "Hubungan Pola Hidup Penderita Hipertensi Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Batalaiworu Kabupaten Muna," *Jurnal Keperawatan*, vol. 4, no. 1, pp. 17–21, 2020.
- [2] Liena S, "UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG HIPERTENSI MELALUI METODE PENYULUHAN," *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian kepada Masyarakat*, vol. 2, no. 1, 2018.
- [3] E. K. R. Sudarsono, J. F. A. Sasmita, A. B. Handyasto, N. Kuswantiningsih, and S. S. Arissaputra, "Peningkatan Pengetahuan Terkait Hipertensi Guna Perbaikan Tekanan Darah pada Pemuda di Dusun Japanan, Margodadi, Seyegan, Sleman, Yogyakarta," *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat (Indonesian Journal of Community Engagement)*, vol. 3, no. 1, p. 26, 2017, doi: 10.22146/jpkm.25944.
- [4] Y. Octavian, G. Setyanda, D. Sulastri, and Y. Lestari, "Artikel Penelitian Hubungan Merokok dengan Kejadian Hipertensi pada Laki- Laki Usia 35-65 Tahun di Kota Padang," vol. 4, no. 2, pp. 434–440.
- [5] Bloch, "Worldwide Prevalence of Hypertension Exceeds 1.3 Billion," *Journal of The American Society of Hypertension*, vol. 10, no. 10, pp. 753–754, 2016.
- [6] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Hipertensi*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017.
- [7] M. V. W. Adam, A. G. A., Jeini, E. N., & Windy, "Kejadian Hipertensi dan Riwayat Keluarga Menderita Hipertensi di Puskesmas Paceda Kota Bitung," *Jurnal KESMAS*, vol. 7, no. 5, pp. 1–5, 2018.
- [8] W. R. Ratnawati Riska, "Peran kampung tangguh terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku pencegahan COVID-19 di dusun Kalisoko desa Rejuno," *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, vol. 4, no. 2, pp. 151–160, 2021.
- [9] F. Fakhriyah, N. Athiyya, J. Jubaidah, and L. Fitriani, "Penyuluhan Hipertensi Melalui Whatsapp Group Sebagai Upaya Pengendalian Hipertensi," *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, vol. 4, no. 2, p. 435, 2021, doi: 10.31764/jpmb.v4i2.4479.
- [10] S. Tirtasari and N. Kodim, "Prevalensi dan Karakteristik Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda di Indonesia," *Tarumanagara Medical Journal*, vol. 1, no. 2, p. 396, 2019.
- [11] N. Eshah and L. Al-Daken, "Assessing publics' knowledge about hypertension in a community-dwelling sample," *Journal of Cardiovascular Nursing*, vol. 31, no. 2, pp. 158–165, 2016.
- [12] A. Pandit *et al.*, "Education, literacy, and health: Mediating effects on hypertension knowledge and control," *Patient Educ Couns*, vol. 75, no. 3, pp. 381–385, 2009.