



Penyuluhan Tentang Hipertensi Pada Lansia Di RT 33 Rw 04 Kelurahan Pematang Gubernur

Rika¹⁾; Nurul Afni²⁾; Tini Maryani³⁾; Yenni Dismawati⁴⁾; Yeyen Destiana⁵⁾; Jumita⁶⁾;

Tuti Rohani⁷⁾; Danur Azissah⁸⁾

^{1,2,3,4,5,6,7,8)} Universitas Dehasen Bengkulu

Email: ¹ rikabengkulu26@gmail.com; ² 27nurulafni@gmail.com; ³ tinimaryani1990@gmail.com;
⁴; yenidismawati729@gmail.com; ⁵ destisanayeyen01@gmail.com; ⁶ tuti.rohani.unived@gmail.com;
⁷ d.azissah@unived.ac.id

Received [26-01-2025]

Revised [03-04-2025]

Accepted [08-05-2025]

Abstract. Real Work Lectures (KKN) are a golden bridge for students to transform theoretical knowledge into real action in the context of society. Through direct experience in RT 33 RW 04 Pematang Governor Subdistrict, we identified the high prevalence of hypertension as the main problem. The aim of this research is to analyze the risk factors that contribute to hypertension and develop a simple intervention program that can be implemented by the community. The research method we use is counseling. The results of the research show that outreach increases public knowledge about hypertension.

Keywords: PKM, Health Education, Hypertension Disease.

Abstrak. Kuliah Kerja Nyata (KKN) menjadi jembatan emas bagi mahasiswa untuk mentransformasikan pengetahuan teoritis menjadi tindakan nyata dalam konteks masyarakat. Melalui pengalaman langsung di RT 33 RW 04 Kelurahan Pematang Gubernur, kami mengidentifikasi tingginya prevalensi hipertensi sebagai permasalahan utama. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis faktor-faktor risiko yang berkontribusi terhadap hipertensi serta mengembangkan program intervensi sederhana yang dapat diterapkan masyarakat. Metode penelitian yang kami gunakan adalah penyuluhan. Hasil penelitian menunjukkan penyuluhan meningkatkan pengetahuan Masyarakat mengenai penyakit hipertensi.

Kata Kunci: PKM, Pendidikan Kesehatan, Penyakit Hipertensi.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan faktor risiko utama untuk penyakit atau kematian akibat dari kejadian penyakit kardiovaskular dan merupakan penyebab kecacatan nomor dua di dunia (Silva et., 2009). Hipertensi didefinisikan berdasarkan ambang batas untuk tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau diastolik ≥ 90 mmHg, setelah dilakukan pengukuran berulang (minimal dua kali) (latter, 2014 dalam Julianty & Dkk, 2020). World Health Organization (WHO) menargetkan setiap negara dapat menurunkan angka prevalensi hipertensi menjadi 25 persen dari prevalensi hipertensi nasional masing-masing negara, demikian juga di Indonesia (WHO, 2013) (Weber, L. and Lindholm, 2014 dalam Julianty & Dkk, 2020). Kementerian kesehatan telah melakukan survei kesehatan yang berskala nasional secara rutin setiap lima tahun sejak awal tahun 2000, yang didalamnya termasuk data pengukuran tekanan darah. Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu masalah kesehatan yang kian

meluas di masyarakat, termasuk di wilayah RT 33 RW 04 Kelurahan Pematang Gubernur, Kecamatan Muara Bangkahulu, Kota Bengkulu.

Dari hasil pemeriksaan deteksi dini PTM (Penyakit Tidak Menular) ada 33 orang warga yang melakukan pemeriksaan dan terdapat 17 orang warga mengalami tekanan darah tinggi atau hipertensi. Penyakit ini sering kali tidak terdeteksi sejak dini karena gejalanya yang tidak spesifik, namun dapat menimbulkan berbagai komplikasi serius jika tidak ditangani dengan baik, seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Setelah Oleh karena itu, penting untuk melakukan analisis situasi mengenai prevalensi hipertensi di RT 33 RW 04 Kelurahan Pematang Gubernur, Kecamatan Muara Bangkahulu, Kota Bengkulu, agar dapat diketahui sejauh mana pengetahuan masyarakat tentang penyakit ini, serta faktor-faktor yang memengaruhi terjadinya hipertensi di kalangan warga setempat.

Melalui analisis ini, diharapkan dapat ditemukan informasi terkait pola hidup, pola makan, tingkat stres, serta akses masyarakat terhadap pelayanan kesehatan yang berkaitan dengan pencegahan dan pengobatan hipertensi. Analisis situasi ini juga bertujuan untuk memberikan gambaran tentang upaya-upaya yang perlu dilakukan, baik oleh pemerintah, lembaga kesehatan, maupun masyarakat itu sendiri dalam menanggulangi hipertensi di RT 33 RW 04 Kelurahan Pematang Gubernur Kecamatan Muara Bangkahulu Kota Bengkulu. Dengan pemahaman yang lebih mendalam, diharapkan dapat dirumuskan langkah-langkah yang efektif untuk meningkatkan kesadaran dan pencegahan hipertensi, serta memperbaiki kualitas hidup warga di Kelurahan Pematang Gubernur.

METODE PENELITIAN

Metode pelaksanaan yang digunakan adalah dengan memberikan penyuluhan kepada masyarakat. Mengingat gambaran besaran masalah hipertensi secara lebih spesifik di Indonesia, baik yang telah melakukan pemeriksaan ke fasilitas pelayanan kesehatan (fasyankes) maupun yang baru diketahui menderita hipertensi pada saat survei dilakukan. Adapun langkah yang telah ditempuh dalam kegiatan program pengabdian masyarakat ini mencakup beberapa tahap berikut ini;

Tahap Perencanaan dan Persiapan

Tahap persiapan merupakan tahap awal sebelum pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini. Dalam tahap ini ada beberapa hal yang dilakukan, yakni koordinasi internal, dilakukan oleh tim untuk merencanakan pelaksanaan secara konseptual, operasional, serta pekerjaan masing-masing anggota, melakukan perizinan, mengundang masyarakat sasaran. Selanjutnya tim menyusun materi, dan media yang digunakan untuk kegiatan penyuluhan.

Tahap Pelaksanaan dan Proses

Pelaksanaan tahap ini merupakan tahap pelaksanaan kegiatan penyuluhan kepada masyarakat di Rt 33 Rw 04 Kelurahan Pematang Gubernur Kecamatan Muara Bangkahulu Kota Bengkulu dan proses ini mencakup beberapa hal berikut.

Penyajian Materi

Penyuluhan dilakukan Di Rt 33 Rw 04 Kelurahan Pematang Gubernur yang dilaksanakan pada hari Sabtu 11 Januari 2025 di rumah ketua Rt 33 Rw 04 Pematang Gubernur pukul 14.30 Wib, dengan menggunakan media berupa leaflet yang berisi tentang apa itu hipertensi, gejala, penyebab, faktor risiko, cara menghindari hipertensi, pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Sebelum diberikan materi, diberikan terlebih dahulu soal pre-test berbentuk pertanyaan langsung kepada masyarakat untuk mengetahui seberapa besar pengetahuan masyarakat tentang hipertensi itu sendiri setelah itu Kegiatan tanya jawab dilakukan setelah penyajian materi. Para peserta dapat langsung berdiskusi dengan para pemateri secara

langsung dan sharing pengalaman terkait dengan masalah yang tengah dibahas dalam materi bersangkutan. Setelah semua kegiatan yang telah direncanakan terlaksana, ketua tim Pengabdian Masyarakat menutup program dan memberikan pesan kepada segenap peserta penyuluhan untuk menerapkan apa yang telah didapatkan untuk dalam hal pencegahan dan pengendalian hipertensi



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan adalah proses perubahan perilaku di kalangan Masyarakat agar mereka tahu, mau dan mampu melakukan perubahan demi tercapainya peningkatan produksi, pendapatan atau keuntungan dan perbaikan kesejahteraan baik itu ekonomi maupun Kesehatan diri sendiri. Subejo, 2019). Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan di rumah ketua Rt 33 Rw 04 Pematang Gubernur pukul 14.30 Wib. Berikut adalah Gambaran penyuluhan yang telah peneliti lakukan.



Gambar 2 Dokumentasi kegiatan penyuluhan

Monitoring dari program ini adalah dengan selalu membooster pengetahuan masyarakat pada saat penyuluhan dan memberikan leaflet untuk mengetahui sejauh mana keefektifitasan kegiatan penyuluhan yang sudah dijalankan, serta apakah ada kendala atau hambatan selama mengikuti program ini. Penilaian keberhasilan kegiatan ini dapat dilihat dari peningkatan pengetahuan seperti peningkatan pengetahuan masyarakat sasaran untuk menangani permasalahan penyakit Hipertensi sebagai bentuk evaluasi dari kegiatan penyuluhan ini. Hasil perhitungan keberhasilan program ini ditinjau dari meningkatnya pengetahuan masyarakat. Tujuan dilaksanakannya evaluasi ini yaitu untuk menentukan keberhasilan kegiatan penyuluhan. Selain itu, evaluasi juga digunakan untuk mengetahui apakah tujuan yang telah ditentukan dapat dicapai atau tidak, apakah pelaksanaan kegiatan penyuluhan sesuai dengan rencana, serta dampak apa yang terjadi setelah kegiatan penyuluhan dilaksanakan.

Kegiatan ini diakhiri dengan evaluasi singkat untuk mengukur seberapa besar perubahan pemahaman warga mengenai hipertensi. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan Masyarakat terutama lansia tentang hipertensi, pencegahan, serta pengelolaannya. Peserta aktif berpartisipasi dalam tanya jawab dan menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya pemeriksaan rutin tekanan darah.

SIMPULAN

Kegiatan pemeriksaan kesehatan ini telah memberikan gambaran yang jelas tentang kondisi kesehatan masyarakat di RT 33 RW 04 Kelurahan Pematang Gubernur. Hasil yang diperoleh menunjukkan perlunya upaya yang lebih intensif dalam pencegahan dan pengendalian hipertensi. Kegiatan ini telah memberikan kontribusi yang signifikan dalam upaya meningkatkan kesehatan masyarakat. Selain mendeteksi dini kasus hipertensi, kegiatan ini juga dapat berfungsi sebagai sarana edukasi bagi masyarakat tentang pentingnya menjaga gaya hidup sehat, seperti mengonsumsi makanan bergizi, berolahraga secara teratur, dan menghindari stres.

Sebagai rekomendasi, kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkala dan berkelanjutan. Selain itu, perlu adanya upaya untuk menjangkau masyarakat yang belum berpartisipasi, terutama kelompok rentan seperti lansia. Dengan demikian, diharapkan dapat menekan angka penderita hipertensi dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- American Heart Association (AHA). (2019). *Understanding Blood Pressure Readings*. Diakses dari <https://www.heart.org>
- Galuh Fandatiar, Supriyono, dan Fajar Nugraha. "Rancang Bangun Sistem Informasi Kuliah Kerja Nyata (Kkn) Pada Universitas Muria Kudus." *Jurnal SIMETRIS*, 6 (1), 2015: 129-136.
- Julianti, P., & Dkk. (2020). *HIPERTENSI: PEMBUNUH TERSELUBUNG DI*
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Pencegahan dan Pengelolaan Hipertensi pada Dewasa*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.