

EDUKASI HIPERTENSI DAN PENCEGAHAN KOMPLIKASI HIPERTENSI PADA PASIEN PUSKESMAS DADOK TUNGGUL HITAM

Melya Susanti^{1*}, Rahma Triyana. Y², Nurwiyeni³

¹Bagian Anatomi Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah

²Bagian Parasitology Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah

³Bagian Patologi Antomi Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah

*Email: melyasusanti@fk.unbrah.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi adalah penyakit degenerative yang prevalensinya terus meningkat dan menjadi masalah dinegara maju dan berkembang. Hipertensi sebagai silent killer sering tanpa gejala namun jika dibiarkan tidak terkontrol dalam waktu lama akan menimbulkan komplikasi seperti retinopati, penyakit jantung, stroke hemoragic bahkan dapat menyebabkan kematian mendadak. Dipuskesmas dadok tunggul hitam terdapat banyak pasien hipertensi, Sebagian besar mendapatkan pengobatan hipertensi dipuskesmas dadok tunggul namun ada 15,2 % yang tidak mendapatkan pengobatan hipertensi secara teratur. Kegiatan edukasi hipertensi dan pencegahan komplikasi hipertensi ini, bertujuan untuk mengedukasi penderita dan masyarakat untuk mengenal hipertensi, meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi dan memahami bahwa penderita hipertensi harus melakukan pengobatan secara teratur untuk mencegah timbulnya komplikasi hipertensi. Pelaksanaan edukasi dilakukan dengan melakukan penyuluhan tentang hipertensi, faktor resiko hipertensi, penyakit komplikasi hipertensi, pentingnya untuk mengontrol hipertensi. Setelah penyuluhan didapatkan peningkatan pengetahuan hipertensi dan komplikasi hipertensi pada masyarakat di wilayah kerja puskesmas dadok tunggul hitam

Kata kunci : Hipertensi, Komplikasi hipertensi, Edukasi hipertensi

ABSTRACT

Hypertension is a degenerative disease whose prevalence continues to increase and is a problem in developed and developing countries. Hypertension as a silent killer is often asymptomatic but if left uncontrolled for a long time will cause complications such as retinopathy, heart disease, hemorrhagic stroke, and even sudden death. There are many hypertensive patients at the Dadok Tunggul hitam health center. Most of them received hypertension treatment at the Dadok Tunggul hitam health center but there were 15.2% who did not receive regular hypertension treatment. This hypertension education activity and prevention of hypertension complications aims to educate patients and the public to recognize hypertension, increase knowledge about hypertension, and understand that hypertension sufferers must take regular treatment to prevent complications of hypertension. The implementation of education is carried out by conducting counseling about hypertension, risk factors for hypertension, complications of hypertension, the importance of controlling hypertension. After counseling, it was found that there was an increase in knowledge of hypertension and hypertension complications in the community in the working area of the Dadok Tunggul Hitam Public Health Center

Keywords : *hypertension, complication of hypertension, education of hypertension*

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah suatu penyakit degeneratif yang prevalensinya terus meningkat dan menjadi masalah dinegara berkembang dan negara maju. Hipertensi adalah suatu keadaan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan diastolik ≥ 90 mmHg. Hipertensi disebut sebagai *silent killer* karena sering tidak menimbulkan gejala dan cenderung dibiarkan tidak terkontrol, namun tekanan darah yang tinggi terus menerus dapat menimbulkan komplikasi seperti retinopati, penebalan dinding jantung, kerusakan ginjal, jantung koroner, pecahnya pembuluh darah, stroke, bahkan dapat menyebabkan kematian mendadak . Berdasarkan data Global Burden of Disease (GBD) tahun 2015, 50% dari penyakit kardiovaskuler disebabkan oleh hipertensi.^{1,2,3}

Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya hipertensi yaitu hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Hipertensi primer didefinisikan sebagai hipertensi yang tidak diketahui penyebabnya (idiopatik), namun ada beberapa faktor resiko yang berhubungan dengan terjadinya hipertensi primer ini yaitu genetik, jenis kelamin dan usia, diet, berat badan, gaya hidup. 90% dari hipertensi adalah hipertensi primer. Hipertensi sekunder adalah hipertensi yang terjadi karena adanya gangguan fisik sebelumnya seperti penyakit ginjal, gangguan tiroid dan banyak penyakit lainnya yang dapat memicu terjadinya hipertensi.^{4,5,6}

Menurut WHO pada tahun 2019 diperkirakan 22% penduduk dunia menderita hipertensi, dari sejumlah penderita tersebut, hanya seperlima yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki. Prevalensi hipertensi tertinggi sebanyak 27% pada daerah Afrika, prevalensi paling rendah

yaitu 15 % ditemukan pada wilayah Amerika. Asia tenggara dengan prevalensi kejadian hipertensi 25% terhadap total penduduk berada pada urutan ketiga. World Health Organization (WHO) memperkirakan 1 dari 5 wanita menderita hipertensi dan 1 dari 4 laki-laki diseluruh dunia menderita hipertensi.³ Penyakit yang merupakan komplikasi hipertensi prevalensinya juga terus meningkat, 1,5% penduduk indonesia menderita penyakit jantung coroner dan disumatera barat sendiri sebanyak 1%. Sebanyak 0,2% penduduk Indonesia menderita gagal ginjal kronis dan 12,1 % menderita stroke. Data Rikesdas 2018 menunjukkan 34.11% penduduk Indonesia menderita hipertensi. Kalimantan selatan adalah provinsi dengan prevalensi hipertensi tertinggi yaitu 34,11% . prevalensi hipertensi paling rendah dari provinsi papua yaitu 22,22%. Sumatera barat 25,16 % merupakan propinsi dengan prevalensi hipertensi nomor 3 paling bawah di Indonesia.³ Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Padang mengenai pelayanan kesehatan penderita Hipertensi pada tahun 2020 di Puskesmas Tunggul Hitam estimasi jumlah penderita Hipertensi sebanyak 1.111 sedangkan data pasien yang mendapatkan pelayanan dan edukasi kesehatan sebanyak 942 sekitar 84,8% sehingga didapatkan data penderita hipertensi yang tidak mendapatkan pelayanan edukasi kesehatan sebanyak 15,2 %.⁸

Hipertensi sering sekali tanpa gejala, menurut Elizabeth J. Corwin Sebagian besar gejala hipertensi timbul setelah mengalami hipertensi selama bertahun-tahun. Hipertensi dalam waktu lama akan merusak endotel dan mempercepat terjadinya aterosklerosis, mempercepat terjadinya komplikasi. Komplikasi dari hipertensi termasuk rusaknya organ tubuh seperti jantung,

mata, ginjal, otak dan pembuluh darah besar. Resiko terjadinya komplikasi hipertensi meningkat pada pasien yang tidak patuh mengalami rejimen pengobatan. Berdasarkan latar belakang tersebut, kami merasa perlu untuk memberikan edukasi terkait Hipertensi kepada penderita maupun masyarakat yang beresiko menderita hipertensi supaya memiliki pengetahuan tentang hipertensi, komplikasi hipertensi dan menimbulkan kepatuhan dalam menjalani terapi hipertensi yang memperlambat munculnya komplikasi hipertensi.

METODE

1.1 Waktu dan tempat pengabdian

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada sabtu tanggal 26 Agustus 2021 di puskesmas Dadok Tunggul Hitam Padang.

1.2 Metode pelaksanaan penelitian

a. Proses persiapan

Dalam proses persiapan pengabdian ini ada beberapa kegiatan yang dilakukan, seperti koordinasi dengan mitra, mempersiapkan surat izin pengabdian, pembagian tugas, sosialisasi kegiatan pengabdian yang dilakukan melalui media sosial dan diumumkan secara langsung dipuskesmas.

b. Pelaksanaan

Pengabdian ini dilaksanakan dengan memberikan penyuluhan tentang hipertensi, gejala, faktor resiko, penyakit komplikasi hipertensi, pencegahan munculnya komplikasi hipertensi. Sebelum penyampaian materi penyuluhan peserta penyuluhan diberikan soal pre-test untuk menilai pengetahuan peserta sebelum diberikan penyuluhan.

Kegiatan tanya jawab dilakukan setelah penyuluhan, setelahnya peserta penyuluhan Kembali diberikan soal post -test untuk menilai pengetahuan peserta setelah penyuluhan.

c. Evaluasi

Evaluasi kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan memberikan soal post-test setelah penyampaian materi penyuluhan dan tanya jawab dilaksanakan. Evaluasi ini untuk menilai keberhasilan penyuluhan dengan menilai peningkatan pengetahuan peserta tentang hipertensi dan komplikasi hipertensi.

2. Hasil

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada sabtu tanggal 26 Agustus 2021 di puskesmas Dadok Tunggul Hitam Padang dengan 15 orang peserta. Peserta yang hadir pada kegiatan ini adalah penderita hipertensi dan masyarakat umum yang berada di wilayah kerja puskesmas dadok tunggul hitam.

Pelaksanaan pengabdian ini dilakukan dengan cara menyampaikan materi penyuluhan tentang hipertensi dan komplikasi hipertensi dan tanya jawab. Sebelum dan setelah materi penyuluhan disampaikan peserta diberikan soal pre-test dan post-test yang bertujuan menilai pengetahuan peserta tentang hipertensi dan komplikasi hipertensi dengan hasil pretest dan psot-test seperti pada tabel



No	Pertanyaan	n	Pre-test % jawaban benar	Post test % jawaban benar
1.	Apa yang dimaksud dengan tekanan darah tinggi	15	33,33	66,67
2.	Apa yang menyebabkan tekanan darah tinggi	15	46,7	53,33
3.	Tanda dan gejala tekanan darah tinggi	15	73,33	80
4.	Barapa lama menderita tekanan darah tinggi	15	40	46,7
5.	Penyakit yang muncul akibat tekanan darah tinggi	15	60	66,67
6.	Apa yang dilakukan jika mengalami tekanan darah tinggi	15	53,33	60
7.	Apabila diberi saran tentang hipertensi, apa yang anda lakukan	15	26,67	93,33
8.	Akibat tekanan darah tinggi tidak diobati	15	66,67	93,33
9.	Makanan yang disarankan untuk penderita tekanan darah tinggi	15	80	93,33
10	Makanan yang harus dihindari penderita hipertensi	15	73,33	100
11	Peran keluarga dalam mengatasi tekanan darah tinggi	15	60	73,33
12	Kondisi lingkungan yang baik untuk penderita tekanan darah tinggi	15	53,33	66,67

Berdasarkan table terlihat tidak semua peserta bisa menjawab soal pada pretest dengan benar, persentase jawaban benar yang paling tinggi pada pertanyaan tanda dan gejala hipertensi dan pada makanan yang harus dihindari oleh penderita hipertensi. Jawaban dengan persentase benar paling sedikit pada pertanyaan definisi dari hipertensi dan apa yang dilakukan jika menderita hipertensi. Terjadi peningkatan persentase jumlah jawaban yang benar pada semua pertanyaan pada post test. Ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan

pengetahuan pada pada peserta setelah mendengarkan penyuluhan pada kegiatan pengabdian ini.

Edukasi tentang hipertensi dan komplikasi hipertensi penting untuk diberikan kepada pasien hipertensi dan masyarakat umum, diharapkan dengan adanya edukasi dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan penyakit komplikasi yang dapat terjadi karena hipertensi yang tidak terkontrol. Dengan meningkatnya pemahaman masyarakat tentang hipertensi diharapkan masyarakat dapat



melakukan pengobatan hipertensi yang teratur, sehingga hipertensi menjadi

terkontrol dan kejadian komplikasi hipertensi bisa dihindari.

DAFTAR PUSTAKA

1. Yonata A, Pratama ASP. Hipertensi sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke. *Majority*. 2016. Sept 5 (3): 17-21.
2. Kusuma Dr, Aryawangsa PD, Satyarsa ABS, Aryani P. Edukasi Penyakit Hipertensi Dan Komplikasinya Pada Posyandu Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Mengwi I, Kabupaten Badung. *Buletin udayana mengabdi*. 2020 April (19:2) 179-186
3. Kementerian Kesehatan republik Indonesia. Infodatin. 2019. Diakses: <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>
4. Corwin, JE. *Buku Saku Patofisiologi*. Jakarta: EGC. 2009.
5. Irianto K. *Memahami Berbagai Macam Penyakit*. Bandung: Alfabeta. 2014.
6. Syamsudin. *Buku Ajar Farmakoterapi Kardovaskular dan Renal*. Jakarta: Salemba Medika. 2011.
7. Rikmasari y, Noprizon. Hubungan Kepatuhan Menggunakan Obat dengan Keberhasilan Terapi Pasien Hipertensi di RS PT Pusri Palembang. 2020. *Scientia J.Far.Kes* february 10:(1) 97-103
8. Dinas Kesehatan Kota Padang. *Profil Kesehatan Kota Padang* . Padang. 2020