

## **Penyuluhan Kesehatan tentang Pencegahan Hipertensi dalam Mencegah Kejadian Stroke pada Usia Produktif di Desa Kedungsoko Tulungagung**

Ria Anggraini<sup>1a\*</sup>, Berlian Yuli Saputri<sup>1</sup>, Dwi Retnowati<sup>1</sup>, Ketjuk Herminaju<sup>1</sup>, Surtini<sup>1</sup>, Manggar Purwacaraka<sup>1</sup>, Ossi Dwi Prasetyo<sup>1</sup>

<sup>1</sup>STIKes Hutama Abdi Husada Tulungagung, Jawa Timur, Tulungagung

<sup>a</sup> riaanggraini118@gmail.com

\* Corresponding Author

Informasi Artikel	ABSTRAK
<b>Sejarah artikel:</b> Tanggal diterima: 12 Mei 2024 Tanggal revisi: 25 Mei 2024 Diterima: 31 Mei 2024 Diterbitkan: 11 Juni 2024	Usia produktif adalah usia ketika seseorang masih mampu bekerja dan menghasilkan sesuatu. Penduduk dengan usia produktif memiliki rentang usia 15-64 tahun. Orang dengan usia produktif memiliki risiko atau kemungkinan lebih tinggi terkena berbagai penyakit, terutama penyakit degeneratif. Hipertensi merupakan faktor risiko yang signifikan untuk gangguan neurologis dan semua jenis stroke, termasuk perdarahan iskemik, intraserebral, dan subarachnoid. Hipertensi juga menyebabkan risiko penyakit kronis dan kematian. Tujuan kegiatan pengabdian ini yakni memberikan edukasi kepada masyarakat usi produktif mengenai hipertensi dan komplikasinya. Metode yang digunakan yakni menggunakan media edukasi video, leaflet dan konseling. Hasil yang didapatkan bahwa peserta kegiatan penyuluhan mengalami peningkatan pengetahuan dengan mampu menjawab pertanyaan yang diberikan. Kegiatan pengabdian ini diharapkan memberikan dampak positif kepada peserta penyuluhan.
<b>kata kunci:</b> Penyuluhan Kesehatan Hipertensi Usia Produktif	

Copyright (c) 2022 Community Development and Reinforcement Journal

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

### **PENDAHULUAN**

Usia produktif adalah usia ketika seseorang masih mampu bekerja dan menghasilkan sesuatu. Penduduk dengan usia produktif memiliki rentang usia 15-64 tahun<sup>1</sup>. Orang dengan usia produktif memiliki risiko atau kemungkinan lebih tinggi terkena berbagai penyakit, terutama penyakit degeneratif, dibandingkan dengan orang yang lebih muda. Penyakit degeneratif merupakan penyakit kronis yang mempunyai dampak signifikan terhadap kualitas hidup dan produktivitas seseorang<sup>2</sup>.

Hipertensi merupakan faktor risiko yang signifikan untuk gangguan neurologis dan semua jenis stroke, termasuk perdarahan iskemik, intraserebral, dan subarachnoid<sup>3</sup>. Hipertensi juga menyebabkan risiko penyakit kronis dan kematian. WHO merekomendasikan pentingnya kasus hipertensi ini<sup>4</sup>. Untuk memerangi hipertensi, penyedia layanan kesehatan primer, khususnya perawat, harus meningkatkan kesadaran anggota masyarakat dan mendidik mereka tentang faktor risiko<sup>5</sup>. Seiring bertambahnya usia, risiko terkena hipertensi meningkat. Hipertensi menyerang 29% individu berusia 25-44 tahun, 51% individu berusia 45-64 tahun, dan 65% individu berusia 65 tahun ke atas<sup>6</sup>.

Hipertensi merupakan suatu kelainan yang menyebabkan degenerasi. Seiring bertambahnya usia, risiko seseorang terkena hipertensi meningkat. Berdasarkan temuan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018<sup>7</sup>, hipertensi merupakan kondisi yang terutama menyerang lansia. Prevalensi hipertensi pada lansia meningkat seiring bertambahnya usia<sup>8</sup>. Prevalensi hipertensi sebesar 45,9% pada kelompok umur 55-64 tahun, 57,6% pada kelompok umur 65-74 tahun, dan 63,8% pada kelompok umur diatas 74 tahun.

Untuk mengatasi hipertensi di Indonesia, sangat penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dan mendorong pilihan gaya hidup sehat. Untuk itu perlu

dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi mengenai penyakit hipertensi dan komplikasinya. Upaya promosi kesehatan sebagian besar menasar kelompok berisiko yang terkena dampak penyakit<sup>9</sup>. Edukasi masyarakat mengenai hipertensi dan dampaknya dapat dilakukan melalui kegiatan Kesehatan Masyarakat (PKM). Tujuannya adalah untuk meningkatkan pendidikan dan kesadaran masyarakat usia produktif akan perawatan hipertensi sehingga menghasilkan kontrol tekanan darah yang lebih baik bagi mereka.

## MASALAH

Mitra dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Desa Kedungsoko Kabupaten Tulungagung. Didapatkan data bahwa masyarakat usia produktif di Desa Kedungsoko memiliki hipertensi dan kurangnya pengetahuan mengenai pencegahan hipertensi dan komplikasinya.

## METODE

Program pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Desa Kedungsoko Kabupaten Tulungagung pada Bulan Maret Tahun 2024. Metode pelaksanaan program dilakukan dengan cara:

### a. Edukasi tentang Hipertensi dan Komplikasinya

Media yang digunakan untuk memberikan edukasi kepada lansia yakni dengan pemaparan materi hipertensi, pencegahan dan komplikasinya serta menampilkan video edukasi. Selain kegiatan edukasi, diberikan konseling kepada lansia dan dibagikan pamflet. Hasil edukasi dimonitor dengan memberikan pertanyaan setelah dilakukannya penyuluhan.

### b. Pengecekan Tekanan Darah

Pengecekan dilakukan selama 10 hari diharapkan dapat memantau tekanan darah lansia agar tetap stabil.

### c. Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan evaluasi program dilaksanakan sesuai dengan tujuan kegiatan pengabdian

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan di Balai Desa Kedungsoko pada bulan Maret 2024. Kegiatan Pengabdian ini dimulai dari tahap persiapan, yakni mempersiapkan media penyuluhan kesehatan berupa materi dan video edukasi. Sebelum kegiatan dilakukan peserta penyuluhan mendapatkan snack yang tentunya sudah disesuaikan kandungan gizinya bagi lansia dan hipertensi. Kemudian kegiatan Penyuluhan kesehatan yang diberikan mengenai hipertensi dan komplikasinya.

Penyuluhan kesehatan ini diikuti sebanyak 30 lansia yang menderita hipertensi. Kegiatan dimulai pukul 08.00 Wib dan terakhir pukul 11.00 Wib. Materi penyuluhan kesehatan yang diberikan tentang apa itu hipertensi, pencegahannya, serta komplikasi yang di sebabkan oleh hipertensi. Sebelum memberi materi, tim penyuluh memperkenalkan diri terlebih dahulu kepada peserta dan menjelaskan tujuan dari kegiatan penyuluhan tersebut. Penyampaian materi disampaikan dengan 2 cara, yaitu pemaparan materi mengenai hipertensi dan komplikasi yang disebabkan oleh penyuluh dan pembagian pamflet kepada audiensi. Para peserta kegiatan mengikuti penyuluhan dengan antusias dan rasa ingin tahu yang tinggi.

Setelah memberikan materi penyuluhan, tim penyuluh memberikan pertanyaan terkait dengan materi yang diberikan lalu meminta peserta angkat tangan apabila dapat menjawab pertanyaan. Lalu peserta yang angkat tangan diminta untuk menjawab pertanyaan sesuai dengan pemahamannya. Kemudian, peserta yang sudah menjawab pertanyaan diberikan hadiah sebagai wujud apresiasi atas respon positifnya terhadap penyuluhan yang diberikan. Akhir dari kegiatan penyuluhan ini ditutup dengan foto

bersama tim penyuluh dengan pemegang program posyandu lansia dan para kader posyandu lansia.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan Kesehatan di Balai Desa

Evaluasi pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan ini berjalan dengan baik tanpa ada hambatan yang begitu berarti. Hambatan yang dirasakan salah satunya adalah kurangnya fokus peserta lansia secara menyeluruh dalam menerima materi penyuluhan yang diberikan. Hambatan ini diatasi dengan cara menarik perhatian peserta, memberikan hadiah yang sebelumnya sudah disiapkan oleh tim penyuluh kepada peserta yang bisa menjawab pertanyaan yang diberikan, agar lansia dapat kembali fokus mendengarkan penyuluhan. Manfaat yang dirasakan oleh tim penyuluh kegiatan ini yakni mendapatkan tambahan ilmu yang berarti dan sebagai sarana melatih diri sebagai penyuluh yang baik. Manfaat yang dirasakan oleh peserta adalah adanya suatu pemahaman ilmu baru mengenai penyakit hipertensi yang meliputi faktor risiko hipertensi, komplikasi yang dapat ditimbulkan oleh penyakit hipertensi dan cara pencegahannya.

### KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini mampu meningkatkan pengetahuan peserta kegiatan penyuluhan. Selama penyuluhan dan setelah penyuluhan berlangsung, terdapat perubahan pengetahuan dari yang kurang paham menjadi lebih paham mengenai penyakit hipertensi, hal – hal yang dapat memperburuk penyakit hipertensi dan mencegah terjadinya komplikasi dari penyakit hipertensi.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada semua pihak yang telah ikut serta membantu kegiatan penyuluhan kesehatan ini sehingga kegiatan ini berjalan dengan baik, lancar tanpa ada halangan yang begitu berarti.

### REFERENSI

1. RISKESDAS. *Riset Kesehatan Dasar*. Balitbang Kemenkes RI; 2018.
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Analisis Lansia Indonesia 2017. *Pus data dan Inf*. Published online 2017:1-2.
3. Setiawan H, Suhandi S, Rosliati E, Firmansyah A, Fitriani A. Promosi Kesehatan Pencegahan Hipertensi Sejak Dini. *ABDIMAS J Pengabd Masy*. 2018;1(2):41-45. doi:10.35568/abdimas.v1i2.328
4. WHO. Hypertension.
5. Sesrianty, V., Amalia, E., Fradisa, L., & Arif M. Pemberian Edukasi Tentang Pencegahan Hipertensi Di Posyandu Lansia Cendrawasih Bukittinggi. *urnal*

6. *Abdimas Kesehat Perintis*. 2020;1(2):50–54.
6. Kementrian Kesehatan RI. Hasil Utama Riskesdas 2018. Humas Kementrian Kesehatan RI. Published 2018. <https://www.litbang.kemkes.go.id/hasil-utama-riskesdas-2018/>
7. RIKESDAS. Hipertensi.
8. RISKESDAS. *Hasil Utama RISKESDAS 2018*.; 2018.
9. Notoatmodjo S. *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan (Edisi Revisi)*. Rineka Cipta; 2018.