



PENYULUHAN KESEHATAN HIPERTENSI MENGGUNAKAN METODE CERAMAH DAN MEDIA LEAFLEAT PADA WARGA DUSUN 2 DESA AMPERA

Nelky Suriawanto¹, Agnes Yulistia Hingkoa², David Chandra Laoli³, Dita Afrianilci⁴, Fitra Tunnisa⁵, Sri Susanti Hasan⁶

¹⁻⁶ Universitas Widya Nusantara Palu



* Nelky Suriawanto

Email :

agneshingkoa@gmail.com

HP: 085241484672

Kata Kunci:

Penyuluhan Kesehatan,
Hipertensi,
Metode Ceramah,
Media Leafleat

Keywords:

Health Education,
Hypertension,
Lecture Method,
Media Flyer,

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit kronis dengan peningkatan tekanan pembuluh darah arteri. Hipertensi saat ini mengalami peningkatan prevalensi dan membutuhkan perawatan jangka Panjang. Hipertensi di definisikan sebagai tekanan darah sistolik 140 mmhg dan tekanan darah diastolic 90 mmhg. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan penyuluhan Kesehatan atau pendidikan kesehatan kepada Masyarakat Desa Ampera Dusun 2. Kegiatan penyuluhan Kesehatan menggunakan metode ceramah dengan media power point dan leaflet, pada tanggal 19 agustus 2024 bersama Masyarakat Desa Ampera Dusun 2. Hasil Kegiatan penyuluhan hipertensi ini berlangsung dengan baik dan lancar di kantor desa Ampera. Seluruh warga dusun 2 aktif mengikuti dengan baik dari awal hingga selesai penyuluhan. Pemahaman warga dusun 2 desa ampere mengenai hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan edukasi kesehatan Tabel 1 menunjukkan bahwa Tingkat pengetahuan yang kurang (39,1%) dan pengetahuan yang cukup sebelum dilakukan penyuluhan tentang hipertensi yaitu (60,8%) menunjukkan bahwa sebanyak 23 (86,9 %) warga dusun 2 desa ampere dengan kategori baik dan kategori cukup 3 (13,0%) mengetahui pengetahuan tentang hipertensi. Berdasarkan hasil yang diperoleh dari kegiatan pengabdian pada Masyarakat, penulis dapat menyimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan warga dusun 2 desa ampere tentang hipertensi dari 13,0% menjadi 86,9%. Penyuluhan hipertensi dengan menggunakan media leaflet membantu meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi untuk menjaga pola makan sehat pada masyarakat.

ABSTRACT

Hypertension is a chronic disease with increased arterial blood pressure. Hypertension is currently experiencing increasing prevalence and requires long-term treatment.



Hypertension is defined as systolic blood pressure of 140 mmHg and diastolic blood pressure of 90 mmHg. This community service activity is carried out through health education or health education to the community of Ampera Hamlet 2. Health education activities use the lecture method using power points and leaflets, on August 19 2024 with the Ampera Village Community, Dusun 2. Results of this hypertension education activity went well and smoothly at the Ampera village office. All residents of Hamlet 2 actively participated well from the beginning to the end of the counseling. Understanding of the residents of Hamlet 2 of Ampera village regarding hypertension before and after health education. Table 1 shows that the level of knowledge was insufficient (39.1%) and sufficient knowledge before counseling was carried out about hypertension, namely (60.8%) shows that as many as 23 (86.9%) residents of hamlet 2 of Ampera village with good category and sufficient category 3 (13.0%) have knowledge about hypertension. Based on the results obtained from community service activities, the author can conclude that there has been an increase in the knowledge of residents of hamlet 2 of Ampera village about hypertension from 13.0% to 86.9%. Hypertension education using leaflet media helps increase knowledge about hypertension to maintain healthy eating patterns in the community.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit kronis dengan peningkatan tekanan pembuluh darah arteri. Hipertensi saat ini mengalami peningkatan prevalensi dan membutuhkan perawatan jangka Panjang. Hipertensi di definisikan sebagai tekanan darah sistolik > 140 mmhg dan tekanan darah diastolic > 90 mmhg (Nisa & Septi, 2020).

Hipertensi merupakan masalah kesehatan publik utama di seluruh dunia dan merupakan faktor risiko penyakit kardiovaskular tersering, serta belum terkontrol optimal di seluruh dunia. Namun, hipertensi dapat dicegah dan penanganan dengan efektif dapat menurunkan risiko stroke dan serangan jantung. Hipertensi berdasarkan kriteria didefinisikan sebagai kondisi di mana tekanan darah sistolik lebih dari atau sama 140 mmHg atau tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg. Hipertensi mengakibatkan pada penyakit jantung koroner dan sekitar 2/3 penyakit serebrovaskular (Budi, 2015).

Hipertensi masih menjadi salah satu faktor risiko Kesehatan global dalam perjalanan penyakit kardiovaskuler dan penyebab utama morbiditas dan mortalitas. Hipertensi tak terkontrol dapat menyebabkan kerusakan organ target yaitu jantung, pembuluh darah, otak, ginjal, retina. Hipertensi sering disebut sebagai "silent killer" atau pembunuh diam-diam karena seringkali tidak menunjukkan gejala khusus, dapat menyerang siapa saja, dan dapat menyebabkan penyakit degeneratif yang berpotensi fatal (Pius, 2024).

Bersumber pada informasi dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2019 diperkirakan ada 349 juta orang yang menderita Hipertensi di negara berpenghasilan tinggi dan 1,04 miliar di negara berpenghasilan Rendah dan menengah. Di Indonesia berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2020 menunjukkan

bahwa prevalensi Hipertensi pada populasi Lansia adalah sebesar 63,5 %. Hasil ini memberi gambaran bahwa setiap 100 orang Lansia, diperkirakan ada 63 orang yang menderita Hipertensi. Lansia beresiko mengalami berbagai macam penyakit degeneratif dibandingkan usia muda. Prevalensi Hipertensi lebih tinggi pada perempuan dan memperlihatkan peningkatan signifikan pada kelompok usia 35-44 tahun, serta mencapai puncaknya pada kelompok usia 45-54 tahun. Penurunan fungsi tubuh pada lansia yang diakibatkan psikososial, kultural, perubahan fisik spiritual. Perubahan fisik dapat berdampak ke berbagai sistem tubuh, salah satu yang berdampak yaitu pada sistem kardiovaskuler (lin & Septi, 2020).

Berdasarkan prevalensi Hipertensi pada Lansia di Indonesia adalah 45,9% pada kelompok usia 55-64 tahun, 57,6% pada usia 65 tahun dan 74% pada usia diatas 75 tahun sebesar 63% (Insanul & Ikrima, 2023). Berdasarkan data di puskesmas Palolo terdapat 10 penyakit di desa Ampera yaitu dermatitis kontak, chepalgia, hiperkolestrol, dyspepsia, commond cold, febris, myalgia, influenza, ISPA, dan hipertensi. 3 penyakit tertinggi yaitu influenza, ISPA, dan hipertensi. Kemudian berdasarkan hasil observasi di dusun 2 RT 3,4,7,dan 8 desa Ampera di dapatkan masih banyak masyarakat yang tidak mengetahui mengenai penyakit hipertensi.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan penyuluhan Kesehatan atau pendidikan kesehatan kepada Masyarakat Desa Ampera Dusun 2. Kegiatan penyuluhan Kesehatan menggunakan metode ceramah dengan media power point dan leaflet, pada tanggal 19 agustus 2024 bersama Masyarakat Desa Ampera Dusun 2. Kegiatan ini telah mendapat izin dari Bapak kepala desa Dan masing-masing RT di Dusun 2 Desa Ampera.

Rangkaian kegiatan meliputi: (1) Melakukan penyuluhan Kesehatan tentang hipertensi kepada Masyarakat Ampera Dusun 2 (2) Melakukan pemeriksaan tekanan darah gratis (3) Pemberian obat penurun Hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan hipertensi ini berlangsung dengan baik dan lancar di kantor desa Ampera. Seluruh warga dusun 2 aktif mengikuti dengan baik dari awal hingga selesai penyuluhan. Penyuluhan dapat dilihat pada gambar gambar berikut ini:



Gambar 1. Penyuluhan mengenai hipertensi



Gambar 2. Pemeriksaan tekanan darah gratis



Gambar 3. Pembagian obat hipertensi dan pembagian leafleat serta penjelasan diet hipertensi



Gambar 4. Sesi foto bersama warga dusun 2 desa ampere

Pemahaman warga dusun 2 desa ampere mengenai hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan edukasi kesehatan dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Pretest pada warga dusun 2 desa ampere untuk mengetahui pengetahuan tentang hipertensi

Tingkat Pengetahuan	Fekkuensi (f)	Persentase (%)
Hipertensi		
Kurang	9	39,1
Cukup	14	60,8

Tabel 1 menunjukkan bahwa Tingkat pengetahuan yang kurang (39,1%) dan pengetahuan yang cukup sebelum dilakukan penyuluhan tentang hipertensi yaitu (60,8%)

Tabel 2. Post test pada warga dusun 2 desa ampere untuk mengetahui pengetahuan tentang hipertensi:

Tingkat Pengetahuan	Fekkuensi (f)	Persentase (%)
Isi Piringku		
Cukup	3	13,0
Baik	20	86,9

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebanyak 23 (86,9 %) warga dusun 2 desa ampere dengan kategori baik dan kategori cukup 3 (13,0%) mengetahui pengetahuan tentang isi piringku. Berdasarkan analisa hasil observasi terdapat peningkatan pengetahuan warga dusun 2 desa ampere tentang hipertensi yaitu dari 13,0% menjadi 86,9%. Hasil analisa ini sejalan dengan hasil pre test dan post test kegiatan penyuluhan pada warga dusun 2 desa ampere untuk mengetahui pengetahuan tentang hipertensi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari kegiatan pengabdian pada Masyarakat, penulis dapat menyimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan warga dusun 2 desa ampere tentang hipertensi dari 13,0% menjadi 86,9%. Penyuluhan hipertensi

dengan menggunakan media leaflet membantu meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi untuk menjaga pola makan sehat pada masyarakat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Masyarakat Desa Ampera Dusun 2 yang telah mengikuti kegiatan penyuluhan Kesehatan terkait hipertensi. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada kepala desa Ampera serta perangkat-perangkat desa yang telah memberikan izin untuk dan dukungan pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Budi, P. 2015. *Hipertensi manajemen komprehensif*. Airlangga Univercity Press. Surabaya
- lin, E., & Septi, F. selly. 2020. *Kepatuhan konsumsi obat pasien hipertensi*. Griniti. Kota baru Driyorejo.
- Insanul, F., & Ikrima, R. 2023. *Penatalaksanaan Hipertensi*. PT Nasya Expanding Manajement. Pekalongan jawa tengah
- Nisa, P. S., & Septi, F. S. 2020. *Kepatuhan konsumsi obat pasien hipertensi pengukuran dan cara meningkatkan kepatuhan*. Graniti. Jawa timur
- Pius, B. 2024. *Model perawatan diri hipertensi berbasis mobile phone dan infografis*. Kementrian kesehatan. Jakarta selatan.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdes) 2020 'Manajemen Program Pencegahan Dan Pengendalian Hipertensi Dan Perhitungan Pencapaian Spm Hipertensi', In Workshop Pencegahan Dan Pengendalian Hipertensi. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
- WHO 2019 hypertension , Critical Issues In Human Rights And Development. Washington, USA.