

PEMERIKSAAN TEKANAN DARAH DAN SOSIALISASI HIPERTENSI DI DESA DAYEUHLUHUR

Indriani Sukmawati, Thomas Nadeak, S.E., M.M. Dedy Frianto
Program Studi Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Buana Perjuangan Karawang.

fm19.indrianisukmawati@mhs.ubpkarawang.ac.id¹

Thomas.nadeak@ubpkarawang.ac.id²

dedy.frianto@ubpkarawang.ac.id

Abstrak

Desa Dayeuhluhur merupakan salah satu desa dari Kecamatan Tempuran berdasarkan hasil sensus pada tahun 2022 adalah sebanyak 6.131 jiwa. Waktu pelaksanaan KKN ini dilakukan selama kurang dari 1 bulan terhitung dari tanggal 4 Juli 2022 hingga 31 Juli 2022 yang dilakukan secara offline. Tujuan dari artikel ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan mengenai hipertensi melalui sosialisasi secara *door to door*. Metode yang digunakan yaitu observasi dan wawancara, dengan beberapa masyarakat desa Dayeuhluhur. Hasil menunjukkan desa Dayeuhluhur memiliki masyarakat yang sebagian besar sudah terkena penyakit hipertensi. Peningkatan kasus ini disebabkan oleh beberapa faktor yaitu kurangnya pengetahuan, serta pola hidup yang kurang baik seperti mengkonsumsi garam yang diperoleh dari makanan cepat saji melebihi jumlah normal sehingga masyarakat memiliki perilaku yang rendah dalam melakukan pencegahan hipertensi.

Kata kunci : Hipertensi ; KKN ; Sosialisasi kesehatan

Abstract

Dayeuhluhur village is one of the villages from Tempuran sub-district based on the results of the census in 2022 as many as 6.131 inhabitants. The implementation time of this KKN is carried out for less than 1 month starting from July 4, 2022 to July 31, 2022 which is carried out offline. The purpose of this article is to describe knowledge about hypertension through door to door socialization. The method used is observation and interviews, with several people in Dayeuhluhur village. The results show that Dayeuhluhur village has people who are mostly already affected by hypertension. This increase in cases is caused by several factors, namely lack of knowledge, and poor lifestyles such as consuming salt obtained from fast food that exceeds the normal amount so that people have low behavior in preventing hypertension.

Keywords: Hypertension; KKN ; Health socialization

Pendahuluan

Desa Dayeuluhur merupakan salah satu desa yang berada di kecamatan Tempuran, kabupaten Karawang, provinsi Jawa Barat yang berdiri sejak tahun 1953. Jumlah penduduk berdasarkan hasil sensus pada tahun 2022 adalah sebanyak 6.131 jiwa, terdiri dari 3.101 jiwa penduduk laki-laki dan 3.030 jiwa penduduk perempuan. Hasil dari *focus group discussion* yang dilakukan dengan kader-kader kesehatan di Desa Dayeuluhur menyatakan bahwa mayoritas masyarakat yang menderita hipertensi adalah pra-lansia dan lansia.

Hipertensi adalah keadaan dimana terjadinya peningkatan tekanan darah secara kronis (dalam kurun waktu yang lama) sehingga seseorang kesakitan dan bahkan dapat menyebabkan kematian. Seseorang dapat dikatakan menderita hipertensi jika didapatkan tekanan darah sistolik >140 mmHg dan diastolik >90 mmHg. Karena tekanan darah yang selalu tinggi dan tidak diobati atau dicegah sejak dini, maka sangat berpeluang menimbulkan penyakit degeneratif seperti retinopati, penebalan dinding jantung, kerusakan ginjal, penyakit arteri koroner, pecahnya pembuluh darah, stroke, bahkan kematian mendadak (Ainurrapiq *et al.*, 2019). Berdasarkan riset kesehatan dasar (Rikesdas 2018) kasus hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan yang signifikan. Hipertensi menjadi penyebab utama penyakit jantung, gagal ginjal, dan stroke.

Selama ini, untuk mengatasi hipertensi dapat dilakukan berbagai upaya yaitu dapat dilakukan pengendalian tekanan darah dengan cara pemberian terapi non farmakologis berupa: modifikasi gaya hidup, mengurangi berat badan, pembatasan asupan natrium, modifikasi diet rendah lemak, pembatasan alkohol, pembatasan kafein, teknik relaksasi, dan menghentikan kebiasaan merokok. Terapi farmakologi berupa pemberian obat dengan jenis-jenis medikasi antihipertensi meliputi diuretik, penyekat beta-adrenergik atau beta-blocker, vasodilator, penyekat saluran kalsium dan penghambat enzim pengubah angiotensin (ACE). Mengonsumsi obat antihipertensi dalam jangka yang lama dapat menyebabkan terjadinya *Drug Related Problems*. *Drug Related Problems* adalah merupakan suatu keadaan yang tidak diharapkan yang dialami pasien yang terlibat, dimana kemungkinan disebabkan dalam melibatkan terapi pengobatan yang diberikan kepada pasien, yang secara nyata maupun potensial dapat mempengaruhi keadaan pasien seperti ketidak-patuhan, interaksi obat, alergi terhadap obat yang diresepkan. Adapun, pengobatan dalam jangka yang lama dapat menimbulkan efek samping obat yang menyebabkan terjadinya kerusakan pada beberapa organ tertentu. Adapun tujuan dari program kerja ini yaitu untuk mengetahui gambaran pengetahuan mengenai hipertensi di Desa Dayeuhluhur Kecamatan Tempuran Kabupaten Karawang.

Metode

Pelaksanaan kegiatan KKN dilakukan selama satu bulan mulai dari tanggal 4 Juli 2022 hingga 31 Juli 2022. Yang dilaksanakan di desa Dayeuhluhur, Kecamatan Tempuran, Kabupaten Karawang, dengan sasaran penelitian yaitu warga desa Dayeuhluhur. Penelitian ini penulis menggunakan metode deskriptif kualitatif. Melalui metode tersebut, penulis dapat menganalisis, menggambarkan, dan meringkas berbagai kondisi situasi mengenai masalah yang terjadi di lapangan. Teknik pengumpulan data diperoleh melalui observasi, wawancara dan dokumentasi. Data yang digunakan adalah data primer yang diperoleh langsung melalui hasil observasi dan wawancara kepada warga desa Dayeuhluhur.

Hasil Penelitian dan Pembahasan



Gambar 1. Kegiatan pemeriksaan tekanan darah

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di desa Dayeuhluhur pada tanggal 25 Juli 2022. Peserta kegiatannya adalah warga desa setempat. Pelaksanaan kegiatan berupa mengumpulkan data tentang pengobatan dan kepatuhan pasien hipertensi meliputi pemeriksaan tekanan darah, riwayat risiko tekanan darah tinggi seperti merokok, riwayat keluarga, dan tanda-tanda obesitas yang dilakukan secara *door to door*. Kegiatan ini tidak hanya meninjau dan mengumpulkan data, tetapi juga mengedukasi masyarakat tentang apa yang dapat mereka lakukan untuk mencegah tekanan darah tinggi atau memperburuk kondisi yang sudah mereka miliki. Dimulai dari diet rendah garam dan aktivitas fisik secara teratur.



Gambar 2. Kegiatan Sosialisasi hipertensi

Berdasarkan hasil pemeriksaan yang telah dilakukan dari 15 warga desa Dayeuhluhur yang terdiri dari usia muda dan pra-lansia menunjukkan sebagian besar memiliki tekanan darah tinggi karena berada dalam range nilai sistolik rata-rata mencapai 170-230 mmHg, dan nilai diastolik berkisar 100-110 mmHg. Hal ini disebabkan oleh pola hidup yang kurang baik seperti mengkonsumsi garam yang diperoleh dari makanan cepat saji atau *fast food* seperti ayam goreng, kentang goreng, dan lainnya yang mengandung natrium atau garam serta lemak jahat, yaitu lemak trans dan lemak jenuh, yang tinggi sehingga bisa menjadi pemicu darah tinggi. Selain itu kurangnya aktivitas fisik juga menjadi salah satu faktor pemicu. Menghadapi pasien hipertensi diperlukan adanya kepatuhan perawatan diri mereka untuk meningkatkan derajat kesehatan. Perawatan diri hipertensi meliputi diet rendah garam, mengurangi konsumsi alkohol, tidak merokok, olahraga atau latihan fisik, dan konsumsi obat hipertensi. Penderita hipertensi yang memiliki *self efficacy* baik dapat menghasilkan manfaat dalam penanganan hipertensi contohnya kepatuhan dalam mengkonsumsi obat anti hipertensi.

Kesimpulan dan rekomendasi

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Dayeuhluhur berjalan dengan baik. Para warga sangat aktif dan antusias, serta mampu bekerja sama dan berkolaborasi. Diharapkan dengan adanya kegiatan ini masyarakat memiliki pengetahuan yang baik mengenai hipertensi.

Menghadapi pasien hipertensi diperlukan adanya kepatuhan perawatan diri mereka untuk meningkatkan derajat kesehatan. Perawatan diri hipertensi meliputi diet rendah garam, mengurangi konsumsi alkohol, tidak merokok, olahraga atau latihan fisik, dan konsumsi obat hipertensi. Salah satu komponen yang mempengaruhi perawatan diri pasien hipertensi yaitu *self efficacy*. Penderita hipertensi yang memiliki *self efficacy* baik dapat menghasilkan manfaat dalam penanganan hipertensi contohnya kepatuhan dalam mengkonsumsi obat anti hipertensi.

Daftar Pustaka

- Ainurrafiq., Risnah., dan Maria Ulfa Azhar. Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: *Systematic Review*. Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia. 2019; 2(3) : 192 – 198
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2017. Hipertensi. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018.
- Sofiana, L., Yudha, P., Baiq, SK., Abdul, HR., dan Ika, HP., Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Hipertensi Melalui Metode Penyuluhan. Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian kepada Masyarakat. 2018; Vol 2(1) : 171-176