

**EDUKASI DAN SKRINING TEKANAN DARAH SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN
HIPERTENSI PADA MASYARAKAT DESA DANDA JAYA RT 03
KABUPATEN BARITO KUALA**

**EDUCATION AND BLOOD PRESSURE SCREENING AS AN EFFORT TO
PREVENT HYPERTENSION IN THE COMMUNITY OF DANDA JAYA VILLAGE
RT 03 BARITO KUALA REGENCY**

Muhammad Nathan Prasetyo¹, Safitri¹, Annisa Putri¹, Depiana¹, Eka Lianur Rahmah¹,
Laila Sholatia¹, Helena¹, Risdianti¹, Davina Andriani¹, Alya Hunafa Maulidina¹, Dina
Agustina¹, Muhammad Radit Azhari¹, Yeni Riza^{2*}, Meilya Farika Indah², Chandra²,
Asrinawati²

¹Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan
Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari,
Banjarmasin, Indonesia

²Dosen Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat,
Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari, Banjarmasin, Indonesia

*Email korespondensi: yeniriza@uniska-bjm.ac.id

Intisari

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan masyarakat karena dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, dan gangguan ginjal. Berdasarkan hasil identifikasi masalah pada Program Belajar Lapangan (PBL) II, hipertensi menjadi salah satu masalah kesehatan yang ditemukan pada masyarakat Desa Danda Jaya RT 03, Kecamatan Rantau Badauh, Kabupaten Barito Kuala. Selain itu, sebagian masyarakat belum melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin dan masih memiliki keterbatasan pengetahuan mengenai faktor risiko serta pencegahan hipertensi. Kegiatan ini bertujuan memberikan edukasi mengenai hipertensi dan melakukan skrining tekanan darah sebagai upaya deteksi dini. Kegiatan dilaksanakan melalui pemeriksaan tekanan darah, penyuluhan menggunakan media poster, diskusi dan tanya jawab, serta pembagian pamflet. Sebanyak 17 warga mengikuti kegiatan ini. Hasil skrining menunjukkan bahwa 11 peserta (64,7%) memiliki hasil tekanan darah tinggi dan 6 peserta (35,3%) memiliki hasil tekanan darah tidak tinggi. Masyarakat menunjukkan antusiasme dan berpartisipasi aktif selama kegiatan berlangsung. Edukasi yang diberikan mencakup pengertian hipertensi, faktor risiko, komplikasi, serta upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara rutin dan penerapan pola hidup sehat. Kegiatan lanjutan melalui pemantauan oleh kader kesehatan dan puskesmas diperlukan untuk mendukung keberlanjutan upaya pencegahan hipertensi di masyarakat.

Kata Kunci: hipertensi, penyuluhan kesehatan, pamflet, Desa Danda Jaya

Abstract

Hypertension is one of the non-communicable diseases that is a public health problem because it can increase the risk of heart disease, stroke, and kidney disorders. Based on the results of the identification of problems in the Field Learning Program (PBL) II, hypertension is one of the health problems found in the people of Danda Jaya Village RT 03, Rantau Badauh District, Barito Kuala Regency. In addition, some people have not conducted regular blood pressure checks and still have limited knowledge about risk factors and hypertension prevention. This activity aims to provide education about hypertension and conduct blood pressure screening as an early detection effort. The activity was carried out through blood pressure checks, counseling using poster media, discussions and question-and-answer sessions, and the distribution of pamphlets. A total of 17 residents participated in this activity. The screening results showed that 11 participants (64.7%) had high blood pressure results and 6 participants (35.3%) had low blood pressure results. The community showed enthusiasm and actively participated during the activity. The education provided includes the definition of hypertension, risk factors, complications, and efforts to prevent and control hypertension. This activity is expected to increase public awareness of the importance of regular blood pressure checks and the implementation of a healthy lifestyle. Follow-up activities through monitoring by health cadres and health centers are needed to support the sustainability of hypertension prevention efforts in the community.

Keywords: hypertension, health education, pamphlet, Danda Jaya Village

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan kondisi meningkatnya tekanan darah yang dapat menimbulkan berbagai komplikasi serius apabila tidak dikendalikan. World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa hipertensi merupakan salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular dan menjadi penyebab penting kematian prematur di dunia (WHO, 2023). Hipertensi sering disebut sebagai silent killer karena sebagian besar penderitanya tidak menunjukkan gejala yang khas sehingga sering tidak disadari.

Di Indonesia, hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang cukup tinggi. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan bahwa hipertensi termasuk penyakit tidak menular yang banyak ditemukan pada masyarakat Indonesia (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018). Faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi antara lain usia, riwayat keluarga, obesitas, kurang aktivitas fisik, konsumsi garam berlebih, merokok, dan stres.

Desa Danda Jaya merupakan salah satu wilayah di Kecamatan Rantau Badauh, Kabupaten Barito Kuala. Berdasarkan hasil identifikasi masalah pada kegiatan Program Belajar Lapangan (PBL) II, hipertensi ditemukan sebagai salah satu masalah kesehatan yang memerlukan perhatian. Hasil wawancara dengan masyarakat menunjukkan bahwa sebagian warga belum melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin dan masih memiliki keterbatasan pengetahuan mengenai faktor risiko, komplikasi, serta pencegahan hipertensi.

Berdasarkan kondisi tersebut, mahasiswa PBL III Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari bersama dosen pembimbing melaksanakan kegiatan edukasi kesehatan dan skrining tekanan darah sebagai bentuk intervensi kesehatan masyarakat. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai hipertensi serta memberikan kesempatan kepada warga untuk mengetahui kondisi tekanan darahnya melalui pemeriksaan langsung.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan tindak lanjut dari hasil identifikasi masalah kesehatan yang dilakukan pada tahap PBL II. Kegiatan dilaksanakan di Desa Danda Jaya RT 03, Kecamatan Rantau Badauh, Kabupaten Barito Kuala.

Sasaran kegiatan adalah masyarakat yang bersedia mengikuti pemeriksaan tekanan darah dan edukasi kesehatan. Sebanyak 17 warga berpartisipasi dalam kegiatan ini.

Pelaksanaan kegiatan terdiri atas tiga tahapan, yaitu:

1. Tahap Persiapan

- Identifikasi masalah kesehatan masyarakat.
- Penyusunan materi edukasi hipertensi.
- Pembuatan poster dan pamflet.
- Persiapan alat pemeriksaan tekanan darah.

2. Tahap Pelaksanaan

- Pemeriksaan tekanan darah peserta.
- Penyampaian materi edukasi mengenai hipertensi.
- Diskusi dan tanya jawab.
- Pembagian pamflet sebagai media edukasi.

3. Tahap Evaluasi

- Evaluasi dilakukan secara deskriptif berdasarkan partisipasi peserta, hasil skrining tekanan darah, dan respons peserta selama kegiatan berlangsung..

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebanyak 17 warga mengikuti kegiatan edukasi dan skrining tekanan darah. Distribusi peserta berdasarkan kelompok usia dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Peserta Berdasarkan Kelompok Usia.

Kelompok Usia	n	%
< 30 tahun	2	11,8
30–39 tahun	2	11,8
40–49 tahun	4	23,5
50–59 tahun	5	29,4
60–69 tahun	1	5,9

≥ 70 tahun	3	17,6
Total	17	100

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar peserta berada pada kelompok usia 50–59 tahun (29,4%). Kelompok usia tersebut termasuk kelompok yang memiliki risiko lebih tinggi mengalami peningkatan tekanan darah dibandingkan usia yang lebih muda.

Hasil Skrining Tekanan Darah

Pemeriksaan tekanan darah dilakukan menggunakan tensimeter sebagai bagian dari upaya deteksi dini hipertensi. Distribusi hasil skrining tekanan darah dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Hasil Skrining Tekanan Darah Peserta

Hasil Skrining	n	%
Tidak tinggi	6	35,3
Tinggi	11	64,7
Total	17	100

Keterangan: Tekanan darah tinggi ditetapkan berdasarkan hasil sistolik ≥140 mmHg dan/atau diastolik ≥90 mmHg pada saat skrining.

Berdasarkan Tabel 2, sebanyak 11 peserta (64,7%) menunjukkan hasil tekanan darah tinggi pada saat pemeriksaan, sedangkan 6 peserta (35,3%) memiliki hasil tekanan darah tidak tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta yang mengikuti kegiatan memiliki faktor risiko yang memerlukan perhatian lebih lanjut.

Meskipun demikian, hasil skrining ini tidak dapat digunakan untuk

menetapkan diagnosis hipertensi karena pemeriksaan dilakukan hanya satu kali. Peserta yang menunjukkan hasil tekanan darah tinggi dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan ulang dan berkonsultasi dengan tenaga kesehatan.

Pelaksanaan Edukasi Hipertensi

Setelah pemeriksaan tekanan darah, peserta diberikan edukasi mengenai hipertensi menggunakan media poster dan pamflet. Materi yang disampaikan meliputi pengertian hipertensi, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, serta cara pencegahan dan pengendalian hipertensi.

Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang baik. Hal ini terlihat dari keaktifan peserta dalam mengikuti penyuluhan dan mengajukan pertanyaan terkait pola makan, konsumsi garam, aktivitas fisik, serta kebiasaan sehari-hari yang dapat memengaruhi tekanan darah.

Penggunaan media poster membantu peserta memahami materi secara visual, sedangkan pamflet yang



Figure 2Kegiatan PemeFigure 1Kegiatan Pemeriksaan Tekanan Darah

membaca kembali informasi yang telah diberikan setelah kegiatan selesai

Figure 6Leaflet yang dibagikan



Figure 4. Kegiatan Pemberian Edukasi Mengenai Hipertensi

Figure 5Kegiatan Pemberian Poster dan Bingkisan



Figure 3. Media Pendukung untuk Kegiatan Pemberian Edukasi Mengenai Hipertensi



Materi edukasi disampaikan menggunakan poster yang memuat pengertian hipertensi, faktor penyebab



(pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, obesitas, merokok, stres, usia, dan riwayat keturunan), tanda dan gejala, komplikasi seperti stroke dan gagal ginjal, serta cara pencegahan dan pengendaliannya melalui pola hidup sehat. Warga terlihat aktif

menyimak dan mengajukan pertanyaan, terutama seputar pola makan yang sebaiknya dihindari dan kebiasaan sehari-hari yang berisiko meningkatkan tekanan darah. Keaktifan ini menunjukkan bahwa materi yang disampaikan cukup relevan dengan kekhawatiran warga terhadap kesehatannya sendiri.

Setelah sesi edukasi, dilakukan pemeriksaan tekanan darah menggunakan tensimeter kepada warga yang hadir. Pemeriksaan ini berfungsi sebagai deteksi dini bagi warga yang belum pernah memeriksakan tekanan darahnya, sekaligus menjadi contoh konkret bahwa pemeriksaan semacam ini bisa dilakukan secara sederhana dan tidak memakan waktu lama. Pamflet dibagikan agar informasi yang telah disampaikan bisa dibaca ulang oleh warga di rumah, dan kegiatan ditutup dengan pemberian bingkisan sebagai bentuk apresiasi serta sesi foto bersama.

Pembahasan

Hasil skrining menunjukkan bahwa lebih dari separuh peserta memiliki hasil tekanan darah tinggi pada saat pemeriksaan. Kondisi ini mengindikasikan perlunya peningkatan

upaya promotif dan preventif terkait hipertensi di masyarakat.

Skrining tekanan darah yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat dapat menjadi langkah awal untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai kondisi kesehatannya. Pemeriksaan sederhana yang dilakukan secara langsung dapat membantu masyarakat mengetahui risiko yang dimiliki sehingga lebih terdorong untuk melakukan pemeriksaan lanjutan.

Selain skrining, edukasi kesehatan juga merupakan komponen penting dalam upaya pencegahan hipertensi. Penyampaian informasi mengenai faktor risiko dan komplikasi hipertensi diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat, seperti mengurangi konsumsi garam, meningkatkan aktivitas fisik, menjaga berat badan ideal, serta melakukan pemeriksaan tekanan darah secara berkala.

Keterbatasan kegiatan ini adalah tidak dilakukan pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan sehingga perubahan pengetahuan peserta tidak dapat diukur secara kuantitatif. Selain itu, hasil tekanan

darah yang diperoleh merupakan hasil satu kali pengukuran sehingga belum dapat digunakan untuk menegakkan diagnosis hipertensi.

SIMPULAN

Kegiatan edukasi kesehatan dan skrining tekanan darah di Desa Danda Jaya RT 03 telah terlaksana dengan baik dan mendapat respons positif dari masyarakat. Sebanyak 17 warga mengikuti kegiatan ini. Hasil skrining menunjukkan bahwa 11 peserta (64,7%) memiliki hasil tekanan darah tinggi dan 6 peserta (35,3%) memiliki hasil tekanan darah tidak tinggi. Temuan tersebut menunjukkan pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara berkala sebagai upaya deteksi dini hipertensi. Edukasi yang diberikan mampu meningkatkan partisipasi masyarakat dalam diskusi mengenai hipertensi dan diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat serta melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin.

SARAN

Masyarakat diharapkan melakukan pemeriksaan tekanan darah secara berkala serta menerapkan pola hidup

sehat melalui pengaturan pola makan, peningkatan aktivitas fisik, dan pengurangan faktor risiko hipertensi.

Puskesmas dan kader kesehatan diharapkan dapat melakukan pemantauan dan edukasi secara berkelanjutan kepada masyarakat, terutama bagi warga yang menunjukkan hasil tekanan darah tinggi saat skrining.

Kegiatan pengabdian selanjutnya disarankan menambahkan evaluasi pre-test dan post-test agar perubahan pengetahuan masyarakat dapat diukur secara lebih objektif.

DAFTAR PUSTAKA

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Hipertensi Si Pembunuh Senyap (Silent Killer). Jakarta: Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular.

World Health Organization. (2023). Hypertension. Geneva: World Health Organization.