

## Penyuluhan dan Pemeriksaan Tekanan Darah Pada Ibu PKK Perumahan Batusari Asri Demak

Amartya Desta Viandy<sup>1</sup>, Roma Dhona Beauty Zakiya<sup>1</sup>, Tinezia Rivan Cendani<sup>1</sup>, Stalis Norma Ethica<sup>2</sup>, Nurannisa Fitria Aprianti<sup>3</sup>, Annisa Nurul Hikmah<sup>4</sup>, Muhammad Ardi Afriansyah<sup>4</sup>✉

<sup>1</sup>Program Studi D4 Teknologi Laboratorium Medik, Universitas Muhammadiyah Semarang

<sup>2</sup>Magister Ilmu Laboratorium Klinis Pascasarjana, Universitas Muhammadiyah Semarang

<sup>3</sup>Program Studi S1 Pendidikan Bidan, STIKes Hamzar Memben Lombok Timur NTB

<sup>4</sup>Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang

Korespondensi: [afriansyah@unimus.ac.id](mailto:afriansyah@unimus.ac.id), +62 822-2342-8363

Diterima: 24 Maret 2023

Disetujui: 8 Mei 2023

Diterbitkan: 16 Mei 2023

### Abstrak

**Latar belakang:** Hipertensi dapat menjadi penyebab utama gagal jantung, stoke, dan gagal ginjal. Peningkatan tekanan darah sistolik menunjukkan resiko yang lebih penting daripada peningkatan tekanan darah diastolik. Kemungkinan seseorang mengalami hipertensi akan semakin tinggi saat usia semakin bertambah. **Tujuan:** memberikan penjelasan mengenai pencegahan terjadinya Hipertensi dan Hipotensi. Pelaksanaan PKMD di perumahan Batusari Asri Blok B.87 RT.04 RW.05, Desa Batusari, Kecamatan Mranggen, Kabupaten Demak berdasarkan survey belum pernah dipakai oleh pelajar atau mahasiswa dalam melakukan kegiatan PKMD. **Metode:** Penyuluhan tentang tekanan darah diberikan secara langsung melalui poster. Evaluasi hasil kegiatan melalui *pretest* dan *posttest*. *Pretest* diberikan sebelum penyuluhan dan *posttest* serta pemeriksaan tekanan darah diberikan setelah penyuluhan. **Hasil:** Rerata nilai *pretest* peserta penyuluhan adalah 80 dengan nilai terendah adalah 60 yang diperoleh satu peserta dan tertinggi adalah 90 yang diperoleh dari enam peserta. Setelah diberikan penyuluhan peserta mendapatkan 10 pertanyaan yang sama seperti sebelumnya dan diperoleh nilai rerata *posttest* adalah 87,5 dengan nilai terendah 70 dan tertinggi adalah 100. Berdasarkan nilai *pretest* dan *posttest* menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan pada peserta setelah diberikan penyuluhan. **Kesimpulan:** Peserta penyuluhan diperumaha Batusasri Asri mengalami peningkatan pengetahuan tentang resiko dan pencegahan hipertensi.

**Kata kunci:** hipertensi, penyuluhan, tekanan darah

### Abstract

**Background:** Hypertension can be a major cause of heart failure, stoke, and kidney failure. Elevated systolic blood pressure indicates a more important risk than increased diastolic blood pressure. The possibility of someone experiencing hypertension will be higher as age increases. **Objective:** provide an explanation of the prevention of Hypertension and Hypotension. The implementation of PKMD in Batusari Asri housing RT.04 RW.05, Batusari Village, Mranggen District, Demak Regency based on surveys has never been used by students or students in carrying out PKMD activities. **Method:** Counseling on blood pressure is given directly through posters. Evaluation of activity results through *pretest* and *posttest*. *Pretest* is given before counseling and a *posttest* and blood pressure check is given after counseling. **Result:** The average *pretest* score of counseling participants was 80 with the lowest score being 60 obtained by one participant and the highest was 90 obtained from six participants. After being given counseling, participants received the same 10 questions as before and obtained the average *posttest* score was 87.5 with the lowest score of 70 and the highest was 100. Based on *pretest* and *post-test* scores, it shows an increase in knowledge in participants after being given counseling. **Conclusion:** Counseling participants in Batusasri Asri housing experienced increased knowledge about the risks and prevention of hypertension.

**Keywords:** hypertension, counseling, blood pressure

## PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hal penting bagi kualitas hidup manusia, dimana kesehatan merupakan keadaan sejahtera dari badan, jiwa dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis [1]. Dengan demikian pemeliharaan kesehatan diperlukan dalam upaya penanggulangan dan pencegahan yang memerlukan pemeriksaan, pengobatan dan perawatan untuk memulihkan status kesehatan [2]. Hipertensi dapat menjadi penyebab utama gagal jantung, stoke, dan gagal ginjal [3]. Peningkatan tekanan darah sistolik menunjukkan resiko yang lebih penting daripada peningkatan tekanan darah diastolik [4]. Kemungkinan seseorang mengalami hipertensi akan semakin tinggi saat usia semakin bertambah [5]. Pola makan diketahui sebagai salah satu faktor terjadinya hipertensi, contohnya yaitu asupan natrium. Asupan natrium tinggi berhubungan erat dengan kejadian hipertensi. Perilaku makanan yang beresiko terhadap terjadinya hipertensi adalah sering makan makanan asin [6].

Hipotensi pada lansia merupakan salah satu masalah yang masih relevan tinggi. Menurut RisKeddas dengan kasus hipotensi pada lansia 1995 terdapat 41,7%, pada tahun 2007 terdapat 59,5% dan pada tahun 2018 terdapat 62%. Diperkirakan pada tahun 2030 kasus ini akan meningkat menjadi 52 juta orang [7]. Gejala yang timbul salah satunya yaitu pusing atau nyeri kepala yang menimbulkan rasa ketidaknyamanan dan apabila tidak segera ditangani mengakibatkan penurunan kesadaran hingga menyebabkan kematian [8].

Ibu PKK di Batusari Asri Blok B.87 RT 004 RW 005, Desa Batusari, Kecamatan Mranggen, Kabupaten Demak masih banyak yang kurang memperhatikan pola makan dan hidup sehat pada kesehariannya. Melihat dari situasi ini maka Ibu-ibu PKK sangat rentan mengalami hipertensi dan hipotensi. Oleh sebab itu pentingnya memberikan penjelasan mengenai pencegahan terjadinya Hipertensi dan Hipotensi. Pelaksanaan PKMD di perumahan Batusari Asri RT.04 RW.05, Desa Batusari, Kecamatan Mranggen, Kabupaten Demak berdasarkan survey belum pernah dipakai oleh pelajar atau mahasiswa dalam melakukan kegiatan PKMD

## METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan penyuluhan langsung menggunakan media poster. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 9 Oktober 2021. Sasaran penyuluhan kesehatan ini adalah masyarakat perumahan Batusari Asri. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan peralatan, antara lain poster, kuisioner, seperangkat alat cek tekanan darah, dan alat tulis. Penyuluhan tentang tekanan darah diberikan secara langsung melalui poster. Evaluasi hasil kegiatan melalui pretest dan *posttest*. *Pretest* diberikan

sebelum penyuluhan dan *posttest* serta pemeriksaan tekanan darah diberikan setelah penyuluhan. Hasil *pretest* dan *posttest* dibandingkan guna mengetahui perolehan nilai untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan setelah pemberian materi penyuluhan dan disajikan dalam bentuk tabel dan grafik.

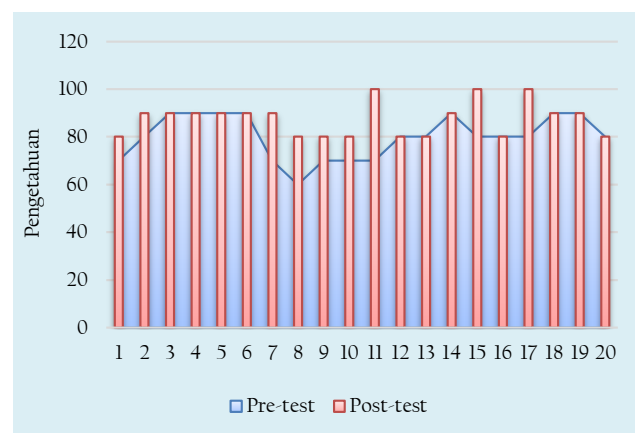
## HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta penyuluhan sebanyak 20 orang berjenis kelamin perempuan. Rentang usia antara 21-68 tahun dengan jumlah terbanyak berusia 50 tahun keatas antara 50-55 tahun sebanyak 10 orang [9].



Gambar 1. Sosialisasi pencegahan hipertensi

Hasil penilaian *pretest* dan *posttest* peserta penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan nilai tes sebelum dan sesudah mendapat penyuluhan. Rerata nilai *pretest* peserta penyuluhan adalah 80 dengan nilai terendah adalah 60 yang diperoleh satu peserta dan tertinggi adalah 90 yang diperoleh dari enam peserta. Setelah diberikan penyuluhan peserta mendapatkan 10 pertanyaan yang sama seperti sebelumnya dan diperoleh nilai rerata *posttest* adalah 87,5 dengan nilai terendah 70 dan tertinggi adalah 100. Berdasarkan nilai *pretest* dan *posttest* menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan pada peserta setelah diberikan penyuluhan.



Gambar 2. Skor pengetahuan partisipan

Berdasarkan data penilaian *pretest* dan *posttest* ditemukan adanya perbedaan antara skor pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tentang Hipertensi pada peserta setelah diberikan penyuluhan mengenai penyakit hipertensi.

Tabel 1. Rerata pengetahuan peserta penyuluhan

Intervensi	Rerata	SD	n
Pre-test	80.00	9.1767	20
Post-test	87.50	7.1635	20

Pendidikan kesehatan merupakan suatu usaha untuk memberikan informasi yang bermanfaat bagi manusia secara menyeluruh agar mampu berkembang dan memenuhi kebutuhan guna meningkatkan taraf hidup. Tingkat keberhasilan dalam Pendidikan kesehatan ditandai oleh adanya perubahan baik dalam perilaku maupun pengetahuan pada sasaran [10]. Keberhasilan Pendidikan kesehatan pada masyarakat sasaran yaitu warga di Perumahan Batusari Asri dibuktikan dengan adanya peningkatan terhadap nilai *pretest* dan *posttest* dari seluruh peserta penyuluhan.

Faktor yang mempengaruhi keberhasilan dalam Pendidikan kesehatan salah satunya adalah metode penyampaian yang digunakan [11]. Media penyuluhan dalam menyampaikan informasi merupakan yang penting dan memiliki pengaruh yang besar terhadap proses pengiriman informasi [12]. Pendidikan kesehatan yang diberikan kepada para penderita hipertensi dapat meningkatkan motivasi dan pengetahuan mereka untuk menjaga stabilitas tekanan darah karena dapat memberikan kesadaran pada individu bahwa kondisi fisik dan ketahanan tubuh yang optimal sangat penting untuk dijaga [13]. Pemberian Pendidikan kesehatan telah terbukti memberikan dampak yang positif terhadap masyarakat sasaran dan membangkitkan motivasi untuk tumbuh menjadi individu yang sehat [14]. Pendidikan kesehatan tentang menjaga kestabilan tekanan darah guna mencegah hipertensi meningkatkan pengetahuan masyarakat sasaran, hal ini terjadi karena mereka dapat memahami dan menerima informasi yang diberikan dengan baik sehingga dapat menambah pengetahuan dan informasi tentang menjaga stabilitas tekanan darah dari berbagai latar belakang [15]. Penyuluhan tekanan darah pada masyarakat diperumahan Batusari Asri menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan. Hasil tersebut ditunjukkan berdasarkan hasil *posttest* yang lebih besar dari pada *pretest*. Hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan sebanyak 7 orang peserta memiliki tekanan darah di atas batas normal atau hipertensi.

## KESIMPULAN

Penyuluhan tekanan darah dan cek tekanan darah pada warga diperumahan Batusari Asri mengenai bahaya penyakit tidak menular hipertensi telah berjalan dengan baik tanpa kendala. Peserta penyuluhan diperumahan Batusari Asri mengalami peningkatan pengetahuan tentang resiko dan pencegahan hipertensi.

## REKOMENDASI

Penderita hipertensi perlu rutin mengecek dan mengontrol tekanan darah yang bertujuan untuk memonitoring penyakit tidak menular hipertensi sejak dini. Perlu dilakukan sosialisasi lebih lanjut tentang pemeriksaan laboratorium lainnya yang terkait dengan penyakit hipertensi kepada para penderita di kalangan masyarakat umum

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih disampaikan kepada segenap partisipan yaitu Ibu PKK di Perumahan Batusari Asri Blok RT 004 RW 005, Desa Batusari, Kecamatan Mranggen, Kabupaten Demak.

## REFERENSI

- [1] Andriansyah Y, Rahmantari DN. Penyuluhan dan Praktik PHBS (Perilaku Hidup Bersih Sehat). *Inov dan Kewirausahaan* 2013; 2: 45–50.
- [2] Adliyani ZON. Pengaruh Perilaku Individu terhadap Hidup Sehat. *Perubahan Perilaku Dan Konsep Diri Remaja Yang Sulit Bergaul Setelah Menjalani Pelatihan Keterampilan Sos* 2015; 4: 109–114.
- [3] Yulanda G, Lisiswanti R. Penatalaksanaan Hipertensi Primer. *JMajor* 2017; 6: 25–33.
- [4] Tri Novitaningtyas. Hubungan Karakteristik (Umur, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan) Dan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Kelurahan Makamhaji Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. 2014; 14: 144–150.
- [5] Andria KM. Hubungan Antara Perilaku Olahraga, Stress Dan Pola Makan Dengan Tingkat Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Posyandu Lansia Kelurahan Gebang Putih Kecamatan Sukolilo Kota Surabaya. *IEEE Int Symp Spread Spectr Tech Appl* 2013; 227–231.
- [6] Vindari Afriyanti. Hubungan Perilaku Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. 2020; 8: 147–154.
- [7] Elsandi S. *Pengaruh Edukasi Hipertensi Menggunakan Video Terhadap Kepatuhan Minum Obat Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ikan Kota Bengkulu*. 2021.
- [8] Cahyani N. Asuhan Keperawatan Pada Klien Ny. C Dengan Diagnosa Medis Hipertensi Di Ruang Tulip Rumah Sakit Tk Iii Brawijaya Surabaya. 2020; 21: 1–9.
- [9] Harjo MS, Setiyawan S, Rizqie NS. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Sikap Dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi Pada Lansia Peserta Prolanis UPT Puskesmas Jenawi Karanganyar. *PLACENTUM J Ilm Kesehat dan Apl* 2019; 7: 34.
- [10] Devanty, C.P, Saskara, I.A.N. Peran Koperasi Wanita dalam upaya Pemberdayaan Perempuan pada Koperasi Wanita di Kecamatan Blahbatuh Kabupaten Gianyar. *E-Jurnal Ekonomi Pembangunan Universitas Udayana*, 2017; 6 (4): 472-498. Diunduh dari: <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eep/article/view/28590>

- [11] Nekada CDY, Mahendra IGB, Rahil NR, et al. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Penatalaksanaan Non Farmakoterapi Hipertensi Terhadap Tingkat Pengetahuan Kader Di Desa Wedomartani, Ngemplak, Sleman, Yogyakarta. *J Community Engagem Heal* 2020; 3: 200–209.
- [12] Setyabudi RG. Analisis Strategi Promosi Kesehatan Dalam Rangka Meningkatkan Kesadaran Hidup Sehat Oleh Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. Rm. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah. 2017; 1–14.
- [13] Kemenkes RI. Klasifikasi Hipertensi. [Internet] Tersedia di: <https://jurnalnew.unimus.ac.id/index.php/jipmi/about/editorialTeam>. Diunduh tanggal: 5 Maret 2023.
- [14] Widodo H, Sari DP, Wanhar FA, et al. Pengaruh Pemberian Layanan Bimbingan dan Konseling Terhadap Komunikasi Interpersonal Siswa SMK. *Edukatif J Ilmu Pendidik* 2021; 3: 2168–2175.
- [15] Yuliani N, - M-, Setijaningsih T, et al. Pengembangan Teknik Relaksasi Napas Dalam Kombinasi Gerak Tangan Untuk Menstabilkan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *J Pendidik Kesehat* 2021; 10: 55.