

## Pemberdayaan Masyarakat Dalam Mengenali Faktor Resiko Hipertensi Melalui Media Edukasi Berbasis Multimedia

Yunda Yutisa Purnomo<sup>1✉</sup>, Maulidya Endah Dwi Cahyani<sup>1</sup>, Salsabila Nurisa Rahma<sup>1</sup>, Bagas Malikurrizki<sup>1</sup>, Fatwa Banatya Fadilla<sup>1</sup>, Agnia Salfiah Putri<sup>1</sup>, Inka Della Nur Zaini Putri<sup>1</sup>, Cika Filiana Putri<sup>1</sup>, Febriana Bella Setyaningrum<sup>1</sup>, Nurhaliza<sup>1</sup>, Alvin Maulana<sup>1</sup>, Toto Suyoto Ismail<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Prodi S1 Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Semarang

Korespondensi: [yundayutisapurnomo@gmail.com](mailto:yundayutisapurnomo@gmail.com), +62 897 174 6828

Diterima: 11 Maret 2024

Disetujui: 19 April 2024

Diterbitkan: 30 April 2024

### Abstrak

**Latar belakang:** Data survei menunjukkan masalah kesehatan utama di Dusun Ngepoh yaitu adanya riwayat hipertensi dengan jumlah 20 kasus dari 110 sampel (46,5%). Pengetahuan adalah salah satu faktor predisposing yang dapat mempengaruhi terjadinya penyakit hipertensi. **Tujuan:** Kegiatan pengabdian bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dusun terkait faktor resiko penyakit hipertensi. **Metode:** Metode yang digunakan adalah penyuluhan kepada lansia tentang faktor resiko hipertensi. Penyampaian informasi mengenai pencegahan hipertensi menggunakan media poster dan powerpoint. Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah dan sesi diskusi. **Hasil:** Pengetahuan tentang hipertensi peserta mengalami peningkatan sebesar 81,08% setelah mendapatkan materi penyuluhan. **Kesimpulan:** Penyuluhan kesehatan tentang hipertensi menggunakan multimedia dan poster dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat dengan cepat.

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

### Abstract

**Background:** Survey data shows that the main health problem in Ngepoh Hamlet is a history of hypertension with a total of 20 cases from 110 samples (46.5%). Knowledge is one of the predisposing factors that can influence the occurrence of hypertension. **Objective:** Community service activities aim to increase the understanding of the hamlet community regarding risk factors for hypertension. **Method:** The method used is counseling the elderly about risk factors for hypertension. The delivery of information about hypertension prevention uses posters and PowerPoint media. Counseling is carried out using lecture methods and discussion sessions. **Result:** Participants' hypertension knowledge increased by 81.08% after receiving counseling materials. **Conclusion:** Health counseling about hypertension using multimedia and posters can increase public knowledge quickly.

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

### PENDAHULUAN

Hipertensi adalah salah satu elemen penyebab yang paling sering berdampak pada terjadinya penyakit jantung dan pembuluh darah dan merupakan kondisi medis yang signifikan di dunia ini [1]. Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang perlu diketahui masyarakat, hipertensi pada umumnya terjadi tanpa gejala dan efek samping [2]. Adapun faktor yang mempengaruhi kejadian hipertensi pada remaja antara lain adalah faktor hereditas, faktor lingkungan seperti obesitas, aktivitas fisik, pola makan, tingkat stres dan kebiasaan merokok [3].

Faktor risiko hipertensi sangat berkaitan dengan tingkat pengetahuan masyarakat karena pengetahuan merupakan salah satu faktor predisposing yang dapat mempengaruhi terjadinya penyakit hipertensi. Pengetahuan adalah elemen yang memengaruhi perspektif, aktivitas, dan perilaku individu. Salah satu upaya untuk memperluas pengetahuan adalah dengan memberikan penyuluhan kesehatan [4].

Pengetahuan kesehatan individu mempengaruhi pemahaman terhadap tindakan penanggulangan hipertensi, pada akhirnya semakin tinggi pengetahuan

individu mengenai penyebab hipertensi, faktor pemicu, indikasi efek samping, dan tekanan darah yang khas dan tidak biasa, maka semakin besar kemungkinan individu tersebut akan bertahan. jauhi hal-hal yang dapat memicu hipertensi, seperti kebiasaan merokok, minum kafein, dan obesitas [5]. Paparan program promosi kesehatan diyakini akan dapat meningkatkan pemahaman masyarakat atas suatu hal [6].

Riwayat hipertensi pada masyarakat Dusun Ngepoh menempati urutan tiga besar masalah kesehatan di Puskesmas Pare, namun menjadi urutan pertama berdasar hasil survei langsung ke masyarakat. Kelompok masyarakat sasaran yang memiliki riwayat hipertensi sebanyak 20 orang, diikuti riwayat diabetes miletus sebanyak 13 orang, penyakit stroke sebanyak 4 orang, dan penyakit asam urat dan hipotensi masing-masing sebanyak 3 orang.

Kegiatan pengabdian bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penyakit hipertensi. Kegiatan edukasi masyarakat ini diharapkan dapat menjadi salah satu penguat bagi masyarakat agar dapat mengantisipasi kejadian hipertensi sehingga dapat beraktifitas secara normal dalam kehidupan sehari-hari. Masyarakat yang bebas dari hipertensi dan sehat akan menjalani kehidupan secara normal dan bekerja sesuai bidang pekerjaan yang digelutinya dengan tanpa keluhan kesehatan, sehingga pada akhirnya akan meningkatkan derajat kesejahteraan masyarakat [7,8].

## METODE

Kelompok sasaran kegiatan pengabdian adalah peserta posyandu lansia yang bertempat tinggal di Dusun Ngepoh. Penyuluhan tentang pencegahan hipertensi menggunakan multimedia berupa PowerPoint dan poster menjadi pilihan kegiatan pengabdian. Materi yang disampaikan adalah informasi mengenai pencegahan dan cara menanggulangi hipertensi, seperti faktor risiko hipertensi atau komplikasi akibat hipertensi. Cara penyampaian materi yang dipilih adalah dengan ceramah dan diskusi karena diyakini teknik ini memberikan capaian yang baik [9]. Guna mengukur capaian hasil penyuluhan, *pre-test* dilakukan sebelum penyampaian paparan materi dan serapan pengetahuan partisipan diambil dari *post-test*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan diikuti sebanyak 37 partisipan. Paparan materi dengan tampilan PowerPoint yang menarik dapat meningkatkan minat partisipan dalam mengikuti kegiatan. Hal ini tampak dari antusiasnya partisipan dalam menyimak materi penyuluhan (Gambar 1). Setelah pelaksanaan *post-test*, para peserta penyuluhan diberikan kesempatan untuk bertanya tentang materi yang belum jelas. Diskusi berlangsung dengan semarak karena tim pengabdian memberikan hadiah bagi setiap penanya.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan

Pengetahuan partisipan tentang penyakit hipertensi mengalami peningkatan pemahaman. Hal ini ditunjukkan dengan adanya kenaikan rerata skor *post-test* dibandingkan *pre-test*. Walaupun tidak seluruh partisipan meningkat pemahamannya, namun persentase partisipan yang meningkat mencapai 81,08% (Tabel 1).

Tabel 1. Peningkatan pengetahuan setelah penyuluhan

Kategori pengetahuan	Jumlah partisipan	
	f	%
Naik	30	81,08
Turun	2	5,40
Tetap	5	13,51
Total	37	100

Beberapa materi terkait penyakit hipertensi yang ditanyakan mengalami peningkatan pemahaman pada Sebagian besar partisipan penyuluhan (Tabel 2).

Tabel 2. Jumlah skor *pre-test* dan *post-test*

No	Pertanyaan	Jawaban benar (%)	
		Pre	Post
1	Hipertensi adalah kondisi ketika tekanan darah dibawah batas normal (130/80 mmHg atau lebih)	45,9	89,1
2	Banyak konsumsi makanan asin dapat menyebabkan darah tinggi	78,3	100
3	Usia diatas 60 tahun berisiko terkena darah tinggi	94,5	100
4	Stress dapat menyebabkan tekanan darah menjadi tinggi	91,8	100
5	Stroke tidak disebabkan oleh tekanan darah tinggi	40,5	81,08
6	Serangan jantung disebabkan oleh tekanan darah tinggi	70,2	94,5
7	Mengurangi konsumsi kopi dapat mencegah tekanan darah tinggi	70,2	91,8
8	Pengobatan tekanan darah tinggi sia-sia apabila tidak disertai perubahan gaya hidup sehat	91,8	94,5
9	Pecah pembuluh darah otak disebabkan oleh darah tinggi	100	100
10	Konsumsi cafein dapat menyebabkan tekanan darah tinggi	89,1	100

Soal pre-test pada jawaban salah terbanyak ada di soal nomor 5 yaitu tentang stroke tidak disebabkan oleh tekanan darah tinggi. Soal tersebut berbentuk pilihan ganda dan kebanyakan peserta menjawab salah karena peserta kurang mengetahui singkatan tersebut. Temuan dalam kegiatan ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa menggunakan media power point dan leaflet akan meningkatkan semangat peserta dalam mengikuti penyuluhan, aktif dalam sesi tanya jawab, serta memberikan perhatian untuk setiap materi yang disampaikan [10, 11].

Kegiatan penyuluhan pada masyarakat telah banyak dilakukan di berbagai tempat dengan tema yang bervariasi dan terbukti dapat meningkatkan pengetahuan peserta [12]. Peningkatan pengetahuan tentang hipertensi dapat mempengaruhi perilaku individu dalam mengontrol hipertensi menjadi lebih baik sehingga tekanan darah dapat terkendali [13, 14]. Pendidikan kesehatan juga sebagai tindakan pencegahan terhadap seseorang yang memiliki risiko dan potensi terjangkit penyakit hipertensi [15].

## KESIMPULAN

Penyuluhan menggunakan media PowerPoint dan poster dapat meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi dan cara pencegahannya pada partisipan.

## REKOMENDASI

Puskesmas bersama kader kesehatan Desa hendaknya secara rutin melaksanakan kegiatan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat dengan tema yang bervariasi agar pengetahuan kesehatan masyarakat meningkat secara perlahan.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih disampaikan kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Semarang yang telah memfasilitasi kegiatan praktik lapangan. Terimakasih juga kepada Puskesmas Pare dan perangkat Desa Badran terkhusus perangkat Dusun Ngepoh yang telah memberikan izin kegiatan dan membantu segala kegiatan yang dilakukannya. Secara khusus ucapan terimakasih kepada seluruh partisipan penyuluhan.

## REFERENSI

- [1] Hepilita Y, Saleman KA. Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan diet hipertensi pada penderita hipertensi usia dewasa di Puskesmas Mombok Manggarai timur 2019. *Wawasan Kesehat* 2019; 4: 91–100.
- [2] Rukmana D. Pengaruh Penyuluhan Pendidikan Kesehatan Hipertensi Terhadap Perubahan Pengetahuan Penderita Hipertensi. In: *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana (PROSNAMPAS)*. 2020, pp. 805–808.

- [3] Setyawan A, Ismahmudi R. Promosi Kesehatan Sebagai Usaha Menurunkan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *J Pengabd Masy Progresif Humanis Brainstorming* 2018; 1: 119–124.
- [4] Luthfiani R, Lina N, Maywati S. Pengaruh Penyuluhan Dengan Menggunakan Media Video Terhadap Pengetahuan Pra Lansia Mengenai Hipertensi. *J Kesehat Komunitas Indones*; 17.
- [5] Fakhriyah F, Athiyya N, Jubaidah J, et al. Penyuluhan Hipertensi Melalui Whatsapp Group Sebagai Upaya Pengendalian Hipertensi. *Selaparang J Pengabd Masy Berkemajuan* 2021; 4: 435–442.
- [6] Nelwan JE, Sumampouw O. Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap perubahan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi di Kota Manado. *J PHWB* 2019; 1: 1–7.
- [7] Akbar H, Tumiwa FF. Edukasi Upaya Pencegahan Hipertensi pada Masyarakat di Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow. *JPKMI (Jurnal Pengabd Kpd Masy Indones* 2020; 1: 154–160.
- [8] Indriawati R, Usman S. Pemberdayaan Masyarakat sebagai Upaya Deteksi Dini Faktor Risiko Hipertensi. *J Surya Masy* 2018; 1: 59.
- [9] Nursofiati S, Perdana F, Mariananingsih I, et al. Penyuluhan Hipertensi pada Pra Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kasemen, Kota Serang. *J Pengabd dan Pengemb Masy Indones* 2023; 2: 20–23.
- [10] Rehena Z, Nendissa AR. Penyuluhan Kesehatan dan Senam Hipertensi pada Lansia di Desa Solea Kabupaten Seram Bagian Barat. *BAKTI J Pengabd Kpd Masy* 2021; 1: 28–34.
- [11] Iyong EA, Kairupan BHR, Engkeng S. Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan tentang gizi seimbang pada peserta didik di smp negeri 1 nanusa kabupaten Talaud. *KESMAS J Kesehat Masy Univ Sam Ratulangi*; 9.
- [12] Asmin E, Tahitu R, Que BJ, et al. Penyuluhan penyakit tidak menular pada masyarakat. *Communnity Dev J* 2021; 2: 940–944.
- [13] Liena Sofianal, Yudha Puratmadja, Baiq Sandi Kartika S, Abdul Haris R Pangulu IHP. Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Melalui Metode Penyuluhan. *J Pengabdian Masy Kasih* 2022; 3: 7–13.
- [14] Limbong VA, Rumayar A, Kandou GD. Hubungan pengetahuan dan sikap dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tateli Kabupaten Minahasa. *Kemas*; 7.
- [15] Rohmawati DL, Prawoto E. Pemberdayaan masyarakat peduli hipertensi sebagai upaya penurunan tekanan darah melalui terapi komplementer. *J Community Heal Dev* 2020; 1: 62–67.