



Pencegahan Kegawatdaruratan Hipertensi Melalui Pemberdayaan Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga

Iziddin Fadhil*

¹ Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, 23374, Indonesia.

*Email korespondensi: fuadi_fk@abulyatama.ac.id

Diterima: 12 Agustus 2022; Disetujui 20 Agustus 2022; Dipublikasi 10 September 2022

Abstract: Hypertension is a non-communicable disease with a high prevalence in Indonesia and a major risk factor for cardiovascular diseases, stroke, and kidney failure. Inadequate management of hypertension can lead to life-threatening emergencies. This community service program aims to improve the knowledge and skills of healthcare staff at Simpang Tiga Health Center in preventing hypertensive emergencies through community empowerment. The methods used include preliminary surveys, education sessions, interactive discussions, and evaluations. This activity involved 20 healthcare staff as participants. The results showed a significant increase in participants' understanding of the signs of hypertensive emergencies, first aid steps, and community empowerment strategies to support hypertension control. The program also produced educational modules and enhanced the capacity of health center staff. It is concluded that education and community empowerment are effective in enhancing the readiness of healthcare workers to handle hypertensive emergencies and have the potential to reduce complications due to hypertension in the Simpang Tiga Health Center area.

Keywords: Hypertension, Emergency, Community Empowerment

Abstrak: Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi tinggi di Indonesia dan menjadi faktor risiko utama penyakit kardiovaskular, stroke, dan gagal ginjal. Penanganan hipertensi yang tidak tepat dapat menyebabkan kegawatdaruratan yang mengancam jiwa. Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan staf Puskesmas Simpang Tiga dalam pencegahan kegawatdaruratan hipertensi melalui pemberdayaan masyarakat. Metode yang digunakan meliputi survei awal, penyuluhan, diskusi interaktif, dan evaluasi. Kegiatan ini melibatkan 20 staf puskesmas sebagai peserta. Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta mengenai tanda-tanda kegawatdaruratan hipertensi, langkah-langkah pertolongan pertama, serta strategi pemberdayaan masyarakat dalam mendukung pengendalian hipertensi. Kegiatan ini juga menghasilkan output berupa modul edukasi dan peningkatan kapasitas staf puskesmas. Disimpulkan bahwa penyuluhan dan pemberdayaan masyarakat efektif dalam meningkatkan kesiapsiagaan tenaga kesehatan dalam menghadapi kasus kegawatdaruratan hipertensi, serta berpotensi menurunkan angka komplikasi akibat hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Simpang Tiga.

Kata kunci : Hipertensi, Kegawatdaruratan, Pemberdayaan Masyarakat

Perubahan pola hidup yang terjadi dewasa ini mengakibatkan peningkatan angka kejadian penderita penyakit tidak menular (non communicable disease). Penyakit tidak menular menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat karena tingkat morbiditas dan mortalitas yang tinggi secara global, merupakan jenis penyakit yang tak bisa ditularkan oleh penderita ke orang lain, jenis penyakit ini berkembang secara perlahan dan terjadi dalam jangka waktu yang panjang.

Penyakit tidak menular menimbulkan angka kematian yang tinggi tiap tahunnya dan dapat menjangkiti individu di berbagai usia maupun negara di seluruh dunia. Salah satu penyakit tidak menular yang banyak dialami oleh masyarakat di Indonesia adalah hipertensi. Hipertensi menjadi salah satu permasalahan kesehatan karena hipertensi merupakan salah satu pintu masuk atau faktor risiko penyakit seperti jantung, gagal ginjal, diabetes mellitus, dan stroke (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023).

Berdasarkan data Sample Registration System (SRS) dari Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Balitbangkes) tahun 2014 diketahui bahwa hipertensi dengan komplikasi merupakan penyebab kematian nomor 4 pada semua kelompok umur yaitu sebesar 6,8%. Sementara, hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi secara nasional adalah 28,5% pada tahun 2013 dan 34,11% pada tahun 2018. Berdasarkan kelompok usia, prosentase hipertensi adalah sebagai berikut: kelompok usia

18 – 24 tahun sebesar 13,2%; usia 34 – 44 tahun 31,6%; usia 45 – 54 tahun 45,3%; usia 55 – 64 tahun 55,2%; usia 65-74 tahun 63,2%, dan kelompok usia di atas 75 tahun adalah 69,5% (Kemenkes, 2023).

Tekanan Darah Tinggi (hipertensi) adalah suatu peningkatan tekanan darah di dalam arteri. Secara umum, hipertensi merupakan suatu keadaan tanpa gejala, dimana tekanan yang abnormal tinggi di dalam arteri menyebabkan meningkatnya resiko terhadap stroke, aneurisma, gagal jantung, serangan jantung dan kerusakan ginjal. Pada pemeriksaan tekanan darah akan didapat dua angka. Angka yang lebih tinggi diperoleh pada saat jantung berkontraksi (sistolik), angka yang lebih rendah diperoleh pada saat jantung berelaksasi (diastolik).

Tekanan darah ditulis sebagai tekanan sistolik garis miring tekanan diastolik, misalnya 120/80 mmHg, dibaca seratus dua puluh per delapan puluh. Dikatakan tekanan darah tinggi jika pada saat duduk tekanan sistolik mencapai 140 mmHg atau lebih, atau tekanan diastolik mencapai 90 mmHg atau lebih, atau keduanya. Pada tekanan darah tinggi, biasanya terjadi kenaikan tekanan sistolik dan diastolik. Pada hipertensi sistolik terisolasi, tekanan sistolik mencapai 140 mmHg atau lebih, tetapi tekanan diastolik kurang dari 90 mmHg dan tekanan diastolik masih dalam kisaran normal. Hipertensi ini sering ditemukan pada usia lanjut (Hasanah, 2019).

Pemberdayaan masyarakat merupakan salah satu pendekatan efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat mengenai pencegahan dan penanganan hipertensi. Melalui kegiatan penyuluhan dan edukasi, masyarakat diharapkan dapat lebih mandiri dalam menjaga kesehatan, memahami pola hidup sehat, serta mengetahui langkah-langkah pertolongan pertama pada kasus kegawatdaruratan hipertensi. Staf kegawatdaruratan hipertensi di Puskesmas Simpang Tiga kurang paham terkait emergensi hipertensi. Disamping itu berdasarkan situasi keadaan sekarang di Aceh besar banyak kasus hipertensi. Maka dari itu penyuluhan tentang Pencegahan Kegawatdaruratan Hipertensi Melalui Pemberdayaan Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga diperlukan.

KAJIAN PUSTAKA

Definisi Hipertensi

Hipertensi merupakan kondisi peningkatan tekanan darah yang dapat menyebabkan risiko komplikasi seperti stroke dan serangan jantung (Hasanah, 2019).

Prevalensi Hipertensi di Indonesia

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan (2023), prevalensi hipertensi di Indonesia meningkat dari 28,5% pada 2013 menjadi 34,11% pada 2018.

Pentingnya Pencegahan dan Pemberdayaan Masyarakat

Lukitaningtyas & Cahyono (2023) menekankan Pencegahan Kegawatdaruratan Hipertensi (Izziddin Fadli, 2022)

bahwa pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan hipertensi dapat membantu menurunkan angka kejadian penyakit ini

Kegawatdaruratan Hipertensi

Kegawatdaruratan hipertensi merupakan kondisi di mana tekanan darah meningkat sangat tinggi dan menyebabkan kerusakan organ target, seperti otak, jantung, ginjal, atau mata (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023). Kondisi ini memerlukan penanganan segera untuk mencegah komplikasi serius (Setiawan, 2022).

Faktor Risiko Hipertensi

Faktor risiko hipertensi meliputi faktor yang tidak dapat diubah, seperti usia, jenis kelamin, dan riwayat keluarga, serta faktor yang dapat diubah, seperti pola makan tinggi garam, obesitas, kurang aktivitas fisik, merokok, dan konsumsi alkohol berlebihan (Wahyuni, 2021).

Pencegahan Kegawatdaruratan Hipertensi

Pencegahan hipertensi dapat dilakukan dengan modifikasi gaya hidup, termasuk pola makan sehat (Diet DASH), aktivitas fisik teratur, pengendalian stres, dan pemeriksaan kesehatan rutin (Sari & Pratama, 2021). Selain itu, peran tenaga kesehatan dalam edukasi dan pemberdayaan masyarakat sangat penting (Rahayu, 2022).

Pemberdayaan Masyarakat dalam Kesehatan

Pemberdayaan masyarakat merupakan proses meningkatkan pengetahuan dan kemampuan masyarakat untuk berpartisipasi aktif dalam menjaga kesehatan. Melalui pendekatan ini,

masyarakat diharapkan mampu mengenali tanda-tanda hipertensi dan melakukan tindakan pencegahan serta pertolongan pertama dalam kondisi darurat (Nugraha, 2020).

Peran Puskesmas dalam Penanganan Hipertensi

Sebagai fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama, Puskesmas memiliki peran penting dalam mendeteksi, mencegah, dan menangani hipertensi di masyarakat. Puskesmas juga berperan dalam memberikan penyuluhan dan mendukung program-program kesehatan yang berfokus pada pengendalian penyakit tidak menular (Putri, 2023).

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan pada program pengabdian kepada masyarakat ini disusun secara sistematis:

Tahap Persiapan

Kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan adalah :

1. Survei tempat pelaksanaan kegiatan
2. Pengurusan administrasi dan perizinan tempat pengabdian masyarakat
3. Persiapan materi penyuluhan

Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat akan dilakukan setelah persiapan dan perizinan

selesai. Kegiatan ini akan dilakukan di Puskesmas Simpang Tiga, Aceh Besar. Dalam pelaksanaan kegiatan ini sasaran staf puskesmas Simpang Tiga dan akan dijelaskan materi berupa pentingnya kegawatdaruratan hipertensi, setelah pemberian materi selesai kemudian peserta diberikan kesempatan bertanya dan diberikan waktu 60 menit untuk sesi tanya jawab, bagi masyarakat yang bertanya diberikan hadiah/doorprize.

Pembuatan Laporan Pengabdian

Laporan pengabdian dibuat sebagai bentuk hasil akhir dari kegiatan pengabdian yang telah dilakukan agar nantinya manfaat dari pengabdian itu benar-benar tercapai.

Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi merupakan tahapan yang dilakukan untuk menilai kegiatan secara keseluruhan dan meninjau kembali apakah terdapat kekurangan-kekurangan selama kegiatan. Tahap evaluasi ini bertujuan agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan dengan efektif dan sesuai dengan yang diharapkan. Tahap evaluasi difokuskan terhadap kemampuan staf menerapkan perilaku staf dalam menangani pasien dengan kasus hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “Pencegahan Kegawatdaruratan Hipertensi Melalui Pemberdayaan Masyarakat di

Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga” yang diikuti 20 staf Puskesmas Simpang Tiga dengan baik dan lancar sesuai dengan harapan.

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan dalam bentuk ceramah dan diskusi tanya jawab terperinci.

1) Pelaksanaan Pengabdian

2) Pembukaan

Pembukaan kegiatan diawali oleh kepala desa beserta dengan pengenalan tim penyuluhan.

3) Penyampaian Materi

Materi pengabdian masyarakat disampaikan kepada peserta mengenai Pencegahan Kegawatdaruratan Hipertensi Melalui Pemberdayaan Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga. Materi yang disampaikan ± 40 Menit.

4) Diskusi/Tanya Jawab

Setelah selesai penyampaian materi kepada masyarakat, dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab.

5) Penutup

Kegiatan pengabdian masyarakat diakhiri dengan melakukan foto bersama dengan masyarakat.

Output yang diperoleh dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu staf Puskesmas Simpang Tiga lebih meningkat pengetahuannya

mengenai Pencegahan Kegawatdaruratan Hipertensi Melalui Pemberdayaan Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Penyuluhan yang dilakukan berhasil meningkatkan pemahaman staf Puskesmas Simpang Tiga tentang kegawatdaruratan hipertensi.
2. Metode ceramah dan diskusi tanya jawab efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan.
3. Masyarakat dan tenaga kesehatan menjadi lebih siap dalam menangani kasus hipertensi.

Saran

1. Perlu dilakukan kegiatan serupa secara berkala agar kesadaran masyarakat tetap meningkat.
2. Diperlukan penguatan sinergi antara puskesmas dan masyarakat dalam pengelolaan hipertensi.
3. Penggunaan media digital seperti video edukasi dapat memperluas jangkauan penyuluhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Hasanah, U. (2019). *Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi)*. Jurnal Keperawatan Jiwa, 7(1), 87.
- Kemenkes. (2023). *Buku Pedoman Hipertensi 2024*. Buku Pedoman Pengendalian Hipertensi Di Fasilitas Kesehatan

Tingkat Pertama.

Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023).
Hipertensi: Artikel Review. Jurnal Pengembangan Ilmu dan Praktik Kesehatan, 2(2), 104–116.

World Health Organization (2021).
Hypertension: Key Facts. WHO Report.

American Heart Association (2022). *Managing High Blood Pressure*. AHA Journal.

Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Laporan Nasional.

National Health Institute. (2022). *Hypertension and Cardiovascular Disease*. NIH Press.

Mayo Clinic. (2021). *High Blood Pressure (Hypertension): Symptoms and Causes*. Mayo Clinic Health Information.

Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia. (2023). *Pedoman Pencegahan dan Penanganan Hipertensi di Indonesia*.

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2014). *Sample Registration System (SRS) Data on Hypertension Mortality*.