

## Prevention of hypertension disease in sei pitung villagers

Anita Ruvina , Herda Ariyani

Program Studi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin.

Email: anitaruvinaa08@yahoo.com Ariyaniherda29@gmail.com

### ABSTRACT

Health problems in the village of sungai pitung one of them is hypertension, hypertension is often called high blood pressure, Hypertension or high blood pressure is a condition in which blood pressure is above 140/90 and is considered severe if the pressure is above 180/120, be aware of hypertensive disease needs to be socialized to the community so that there is no risk related to health complications The goal: For the villagers of sungai pitung to know early on how to deal with hypertensive disease Method: The method used is a visit, making leaflets of hypertensive disease and distributing them to the homes of the target population of the elderly and people who experience high blood pressure as a result of this community service is a change in attitudes and behaviors of the community to instill healthy living behavior and keep blood pressure in normal numbers and pitung river villagers can obtain information and knowledge about hypertensive disease appropriately.

**Keywords :** hypertensive, hypertension.prevention of hypertension, sei pitung

---

### PENDAHULUAN

Hasil yang diperoleh dari data World Health Organization (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya.

Berdasarkan Riskesdas 2018 prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia 18 tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44.1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Dari prevalensi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita Hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya Hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan. Pada tahun 2019 jumlah kasus hipertensi di kecamatan alalak puskesmas berangas mencapai 686 kasus dan menduduki urutan ke 3 penyakit terbanyak setelah ispa dan diare (BPS Alalak, 2020 )

Menurut WHO-ISH (World Health Organization-International Society of Hypertension) tahun 2003 definisi hipertensi merupakan keadaan peningkatan tekanan darah arteri dimana tekanan darah sistole lebih atau sama dengan pada angka 140 mmHg sedangkan tekanan diastole lebih atau sama dengan angka 90 mmHg Hipertensi sering disebut sebagai the silent killer karena sering tidak menunjukkan gejala dan baru diketahui apabila telah terjadi komplikasi pada organ yang dapat mengakibatkan kecacatan hingga kematian (Hartono, 2011). Kejadian hipertensi yang tidak terdeteksi secara dini dan tidak mendapatkan pengobatan secara baik dan benar akan berisiko gagal ginjal jantung koroner dan juga dapat menyebabkan kematian (Infodatin, 2014)

Salah satu perilaku yang dapat meningkatkan terjadinya hipertensi adalah kebiasaan merokok, Rokok merupakan olahan tembakau yang biasanya diramu dengan berbagai macam bahan sehingga dapat dinikmati dengan cara dihisap (Soetiarto, 1995) Selain kebiasaan merokok tersebut minimalnya sarana kesehatan yang ada di Desa sungai pitung menjadikan masyarakat tidak dapat memeriksakan tekanan darah secara teratur. Tujuan dilakukannya pengabdian masyarakat ini adalah agar warga desa sungai pitung

mengetahui sejak dini bagaimana menangani penyakit hipertensi dan pola hidup sehat untuk mengontrol tekanan darah.

## METODE

Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat ini, untuk menanamkan perilaku hidup sehat dan warga desa sungai pitung dapat memperoleh informasi dan pengetahuan tentang penyakit hipertensi secara tepat. dalam upaya memberikan penyuluhan kepada masyarakat di Desa sungai pitung dirancang melalui beberapa metode yaitu

### a. Tahap Persiapan

1. Melakukan wawancara dengan kader kesehatan dan menanyakan penyakit apa saja yang sering terjadi di desa sungai pitung
2. Melakukan koordinasi dengan kelompok untuk mengambil tema kegiatan
3. mencari materi yang di perlukan
4. penyiapan desain leaflet dan memprint leaflet yang sudah di desain

### b. Rencana kegiatan

1. Tatap muka ( sosialisasi dan tanya jawab untuk evaluasi)
  2. Kegiatan dilaksanakan secara door to door ( dan di posko kesehatan apabila ada warga yang mempunyai tekanan darah tinggi )
  3. Sasaran kegiatan : lansia dan masyarakat yang tekanan darahnya tinggi di posko kesehatan
- Evaluasi kegiatan berupa pertanyaan yang ditanyakan langsung kepada warga

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di desa sungai pitung ini diawali dengan wawancara dengan kader kesehatan desa sungai pitung, mereka menginformasikan ada masyarakat di desa sungai pitung yang mengalami hipertensi dan itu cukup banyak.



**Gambar 1.** Foto bersama setelah selesai dilakukannya wawancara bersama kepala desa, kader kesehatan masyarakat, KPM dan PEM

Kegiatan selanjutnya yaitu mengkoordinasikan dengan kelompok untuk kegiatan yang akan diangkat sebagai program individu,



**Gambar 2.** Diskusi tentang proker individu

Selanjutnya mencari materi yang diperlukan dan mendesain leaflet untuk dibagikan



Gambar 3. Leaflet Hipertensi

Setelah tahap persiapan sudah selesai dilakukan sosialisasi pemberian informasi kepada warga desa, saya memberikan sosialisasi tentang apa itu hipertensi ,tips mengontrol hipertensi, faktor resiko terjadinya hipertensi, cara mengukur tekanan darah serta aturan pola makan nya.

Selama kegiatan ini berlangsung warga desa sungai pitung terlihat sangat antusias mendengarkan informasi dan juga bertanya tentang makanan yang boleh di konsumsi dan tidak, dan warga desa juga senang diberikan leaflet yang sudah di persiapkan. di posko kesehatan apabila ada warga desa sungai pitung yang tekanan darah nya tinggi setelah dilakukan pengecekan tensi darah, saya juga memberikan leaflet dan informasi terkait hipertensi.



Gambar 4. Sosialisasi dan pembagian leaflet hipertensi

Tahap Evaluasi Kegiatan

1. Apa narasumber tahu apa itu hipertensi (tekanan darah tinggi)?
2. Apa narasumber mengetahui tips mengontrol hipertensi?
3. Apa narasumber mengetahui faktor resiko hipertensi?
4. Apa narasumber mengetahui cara mengatur pola makan pada penyakit hipertensi?

No	Nama	Pertanyaan 1				Pertanyaan 2				Pertanyaan 3				Pertanyaan 4			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Norhasanah	✓					✓				✓			✓			
2	Marni	✓					✓					✓					✓
3	Rusinah			✓		✓						✓				✓	
4	Faridah	✓				✓				✓					✓		
5	Fatma		✓				✓				✓					✓	
6	Ilin			✓				✓				✓				✓	
7	Lia	✓						✓				✓				✓	
8	Aminah		✓				✓					✓			✓		
9	Samani		✓				✓				✓				✓		
10	Mursidah			✓				✓		✓							✓

Keterangan :

- 1 : Mengetahui
- 2 : Cukup Mengetahui
- 3: Kurang Mengetahui
- 4 : Tidak Mengetahui

Dari table di atas dapat diketahui

Pertanyaan 1

- Poin 1 = 4
- Poin 2 = 3
- Poin 3 = 3
- Poin 4 = 0

Pertanyaan 2

- Poin 1 = 2
- Poin 2 = 5
- Poin 3 = 3
- Poin 4 = 0

Pertanyaan 3

- Poin 1 = 2
- Poin 2 = 3
- Poin 3 = 5
- Poin 4 = 0

Pertanyaan 4

- Poin 1 = 1
- Poin 2 = 2
- Poin 3 = 5
- Poin 4 = 2.

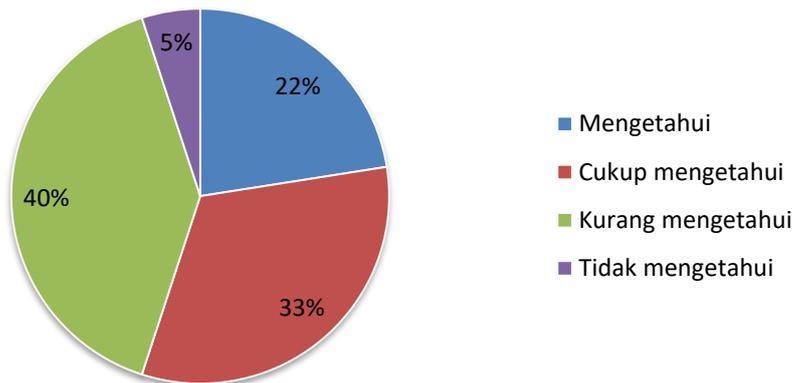
Berdasarkan hasil evaluasi yang didapatkan pengetahuan warga tentang penyakit hipertensi yaitu :

Mengetahui                      22%

Cukup mengetahui	33%	
Kurang mengetahui	40%	
Tidak mengetahui	5%	

Diharapkan dengan adanya pembagian leaflet ini warga desa sungai pitung lebih mengetahui cara penanganan penyakit hipertensi.

**Pengetahuan Hipertensi  
Desa Sungai Pitung**



## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang dicapai 40% warga desa sungai pitung kurang mengetahui tentang hipertensi dan 33% warga desa sungai pitung yang cukup mengetahui tentang hipertensi, dan 22% mengetahui, hanya sekitar 5% masyarakat desa yang tidak mengetahui apa itu hipertensi. Tidak ada hambatan dalam kegiatan ini, semuanya berjalan dengan baik, dan pembagian leaflet ini pun disambut baik oleh warga desa sungai pitung, harapannya dengan adanya sosialisasi tentang hipertensi di desa sungai pitung ini dapat mengubah sikap maupun perilaku masyarakat desa untuk menanamkan perilaku hidup sehat dan menjaga tekanan darah agar berada di angka normal serta menjaga pola makan dan rutin mengonsumsi obat hipertensi bagi yang sudah terkena penyakit hipertensi, sosialisasi ini sangat penting mengingat angka kejadian penyakit hipertensi yang semakin meningkat di masyarakat.

## PENGHARGAAN

Ucapan terimakasih kepada Kepala Bapak Fahmi S.pd selaku kepala desa Sungai Pitung yang telah memberikan izin kami untuk melakukan kegiatan di desa Sungai Pitung dan terimakasih kepada Bapak Fauzi selaku kasi pemerintahan dan Ibu Hamdanah sebagai kasi kesra Desa Sungai Pitung dan seluruh masyarakat Desa Sungai Pitung yang telah menerima kami dalam melakukan kegiatan di desa Sungai Pitung.

## DAFTAR PUSTAKA

- B, H. (2011). Hipertensi : The Silent Killer. *Perhimpunan Hipertensi Indonesia*.
- Ginsberg, L. (2008). *Lecture Notes Neurologi*. Jakarta: Erlangga.
- Indonesia, K. K. (2013). Riset Kesehatan Dasar. *Riset Kesehatan Dasar*.
- Infodatin. (2014). Hipertensi. *Pusat data dan informasi kementerian kesehatan RI*.

Institute, N. H. (2008). *High Blood Pressure United States*.

Langingi, A. R. (2020). Upaya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan hipertensi desa muntoi kabupaten bolaang mongondow. *jurnal salam sehat masyarakat vol 1 no 2*.

Rahmawaty, A. (2021). Pengobatan gratis dan sosialisasi "Hipertensi" di desa cranggang kodus. *Jurnal pengabdian kesehatan*.

RI, D. (n.d.). *Departemen Kesehatan Republik Indonesia*.

sari, C. w. (2017). Pemberian kelompok peduli hipertensi sebagai upaya penurunan hipertensi di rajamandala kulon bandung barat. *jurnal pengebdian kepada masyarakat*.

Statistika, B. P. (2020). *Kecamatan Alalak*. Kalimantan Selatan: BPS-Statistics of Barito Kuala Regency.

WHO-ISH. (2013). Hypertension Guideline Committee. Guidelines of the management of hypertension . *Journal hypertension, 1983-1992*.