

PENINGKATAN PENGETAHUAN PENYAKIT HIPERTENSI PADA CIVITAS AKADEMIKA UNIVERSITAS JAMBI DI KLINIK UNJA SMART

Lipinwati¹, Attiya Istarini², Samsirun Halim³, Mirna Iskandar⁴, Patrick William⁵

¹ Bagian Mikrobiologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi

^{2,4} Bagian Neurologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi

³ Bagian Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi/ RSUD. Raden Mattaher
Jambi

⁵ Bagian Rehabilitasi Medik Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi

Corresponding author email: attiyaistarini@unja.ac.id

ABSTRACT

Hypertension management strategies include non-pharmacological therapy such as lifestyle and diet modifications. These two methods are the initial stages in targeting blood pressure reduction. Some of the challenges in controlling blood pressure that arise from individuals include the lack of knowledge about hypertension and the difficulty of changing lifestyle. This community service aims to increase public knowledge about hypertension. Implementation of community service activities in August 2023 located at the UNJA SMART Clinic, Jambi University in the form of health education. This service activity was carried out at the UNJA SMART Pratama Clinic involving 43 participants. Before and after implementing health education, a pre-test and post-test were carried out. After carrying out univariate analysis, it was found that participants' knowledge of hypertension had increased by 86%. In Community Service activities at the UNJA SMART Pratama Clinic, there was an increase in participants' knowledge about hypertension, complications and prevention.

Keywords: Hypertension, Complications, Knowledge.

ABSTRAK

Strategi tatalaksana hipertensi meliputi terapi non farmakologi seperti modifikasi gaya hidup dan diet. Kedua cara ini merupakan tahap awal dalam target penurunan tekanan darah. Beberapa tantangan dalam pengendalian tekanan darah yang berasal dari individu diantaranya rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi dan sulitnya mengubah pola hidup. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai penyakit hipertensi. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat pada bulan Agustus 2023 yang berlokasi di Klinik UNJA SMART Universitas Jambi berupa penyuluhan Kesehatan. Kegiatan pengabdian ini dilakukan di Klinik Pratama UNJA SMART dengan melibatkan 43 orang peserta. Sebelum dan setelah pelaksanaan penyuluhan kesehatan dilakukan pre-test dan post-test. Setelah dilakukan analisis univariat, didapatkan peningkatan pengetahuan peserta mengenai penyakit hipertensi sebanyak 86%. Pada kegiatan Pengabdian Masyarakat di Klinik Pratama UNJA SMART, terdapat peningkatan pengetahuan peserta mengenai penyakit hipertensi, komplikasi dan cara pencegahannya

Kata kunci: Hipertensi, Komplikasi, Pengetahuan.

PENDAHULUAN

Pola penyakit di Indonesia dalam dua dekade terakhir telah mengalami transisi, dimana saat ini penyakit tidak menular memiliki kecenderungan peningkatan dibandingkan tahun-tahun sebelumnya. Penyakit tidak menular yang utama di antaranya hipertensi, diabetes melitus, kanker, dan penyakit paru obstruktif kronik¹. Hipertensi merupakan penyakit yang paling banyak dijumpai dalam praktek klinis sehari-hari. Menurut Guideline Joint National Committee (JNC) VII, hipertensi adalah peningkatan tekanan darah $\geq 140/90$ mmhg.² Menurut WHO, prevalensi hipertensi di dunia mencapai lebih dari 1 milyar orang dewasa di rentang usia 30-79 tahun, terutama di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Dari seluruh angka itu sekitar 46% orang dewasa penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka telah mengidap hipertensi dan hanya separuhnya yang telah terdiagnosis dan berobat. Sedangkan hipertensi yang terkendali hanya berkisar 21%.^{3,4}

Di Indonesia prevalensi hipertensi terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Data dari RISKESDAS 2018 menyebutkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia naik mencapai 34,1 % dari tahun 2013 sebanyak 25,8 %. Untuk Provinsi Jambi kasus hipertensi mengalami kenaikan hingga mencapai 28,8% dalam 5 tahun terakhir.⁵ Di kota Jambi sekitar 114.170 orang menderita

hipertensi dan hanya 28,7 % yang mendapatkan obat.⁶

WHO mencatat bahwa terdapat kecenderungan hipertensi menjadi sebagai penyebab terjadi komplikasi gangguan pembuluh darah otak dan penyakit jantung iskemik. Selain itu hipertensi yang tidak ditangani juga menyebabkan kejadian stroke dan gagal ginjal. Beberapa studi menunjukkan bahwa penurunan rerata tekanan darah sistolik dapat menurunkan resiko mortalitas akibat penyakit jantung iskemik dan stroke.^{7,8,9} JNC VIII 2014 merupakan panduan dalam tatalaksana hipertensi. Rekomendasi yang penting berdasarkan JNC 8 adalah perubahan target tekanan darah sistolik dan modifikasi gaya hidup.²

Strategi tatalaksana hipertensi meliputi terapi non farmakologi seperti modifikasi gaya hidup dan diet. Kedua cara ini merupakan tahap awal dalam target penurunan tekanan darah. Beberapa tantangan dalam pengendalian tekanan darah yang berasal dari individu diantaranya rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi dan sulitnya mengubah pola hidup.¹⁰ Dalam penanganannya diperlukan kerjasama antara tenaga kesehatan, pasien serta keluarga. Edukasi kepada keluarga tentang perjalanan penyakit, komplikasi akan membantu meningkatkan pemahaman pasien dan akan memperbaiki hasil pengobatan.^{7,8,9} Oleh karenanya,

berdasarkan pembahasan diatas, tujuan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai penyakit hipertensi guna menurunkan angka kejadian dan mencegah terjadinya komplikasi akibat hipertensi yang tidak terkontrol.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat pada bulan Agustus 2023 yang berlokasi di Klinik BPU UNJA SMART Universitas Jambi. Jenis kegiatan berupa penyuluhan kesehatan dengan topik Pencegahan Hipertensi dan Gangguan Kognitif pada Masyarakat Civitas Akademika UNJA. Sebelum dilakukan penyuluhan dilakukan pretest dan setelah penyuluhan dilakukan posttest. Seluruh peserta akan dilakukan pemeriksaan tanda vital, antropometri dan pemeriksaan laboratorium. Semua data yang didapat akan disajikan secara deskriptif menggunakan SPSS.

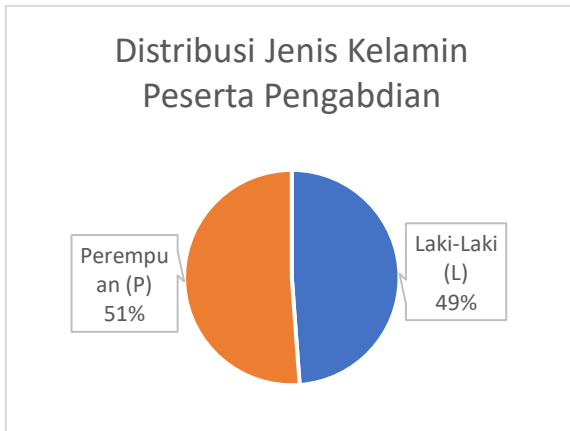
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan di Klinik Pratama Unja Smart Mendalo Darat pada tanggal 15 Agustus 2023. Kegiatan diikuti oleh Civitas akademik Universitas Jambi sebanyak 43 orang. Setelah sesi pembukaan, dilanjutkan dengan pemeriksaan berat badan, pengukuran tinggi badan, lingkar perut dan panggul, dan konsultasi pasien.

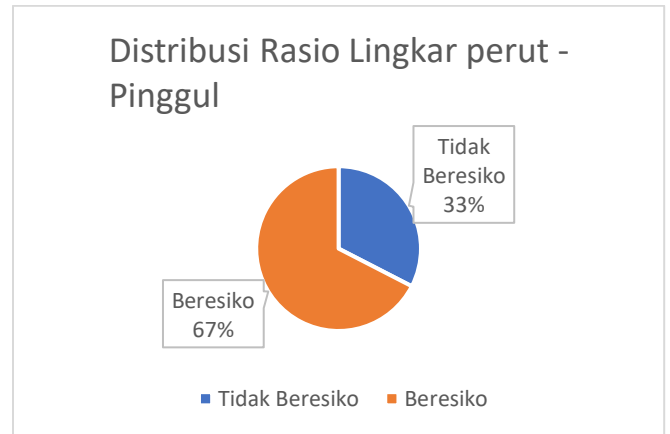
A. Karakteristik dasar peserta pengabdian masyarakat

Data peserta pengabdian terdiri dari perempuan sebanyak 51% (Gambar 1), dengan usia peserta 46-56 tahun sebanyak 56% (Gambar 2). Peserta yang gemuk dengan IMT 25-27 sebanyak 63% (Gambar 3). Rasio lingkar perut-pinggung untuk menentukan adanya obesitas sentral. Pada pemeriksaan terdapat sebanyak 67% peserta dengan obesitas sentral yang mempunyai resiko untuk mengalami penyakit hipertensi (Gambar 4). Pada pemeriksaan tekanan darah, peserta yang mengalami tekanan darah tinggi dengan tekanan sistolik lebih tinggi atau sama dengan 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih tinggi atau sama dengan 100 mmHg sebanyak 26% (Gambar 5).

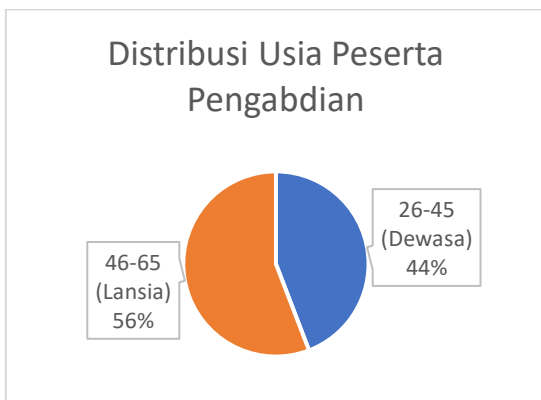
Hipertensi saat ini menjadi penyakit tidak menular nomor 1 tertinggi yang menjadi masalah dan beban kesehatan dunia. Dalam beberapa dekade terakhir di India kejadian hipertensi didominasi usia muda (18-24 tahun) dan pertengahan (24-44 tahun) hipertensi. Faktor resiko yang mempengaruhi hal ini diantaranya pola hidup tidak sehat, merokok, konsumsi alkohol, diet tinggi garam, kurang aktivitas fisik dan obesitas.¹¹ Modifikasi gaya hidup ini yang perlu diinformasikan kepada masyarakat baik itu melalui edukasi dan penyuluhan secara langsung atau melalui media cetak dan elektronik.



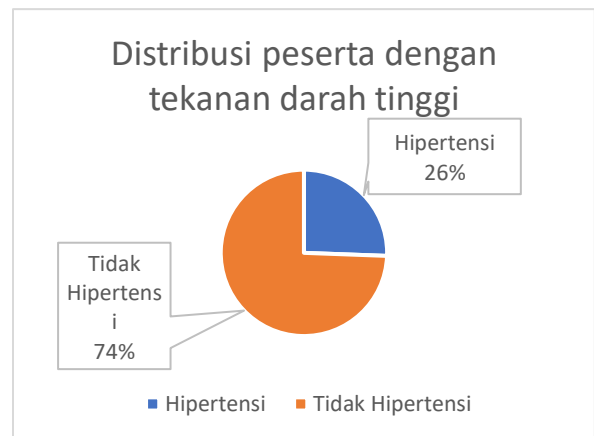
Gambar 1. Distribusi Peserta Pengabdian berdasarkan jenis kelamin



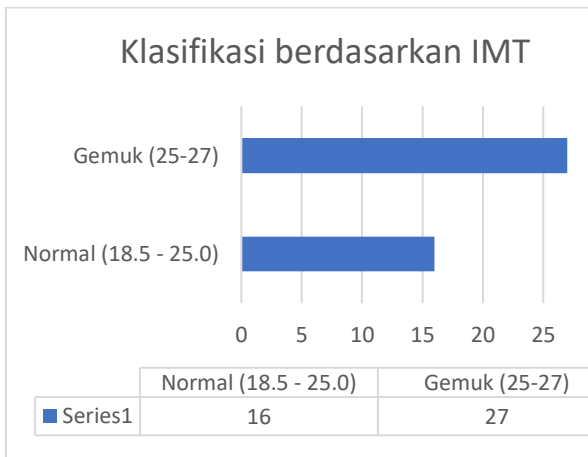
Gambar 4. Distribusi Ratio Lingkar Perut-Pinggul



Gambar 2. Distribusi Usia Peserta Pengabdian



Gambar 5. Distribusi peserta yang mengalami tekanan darah tinggi

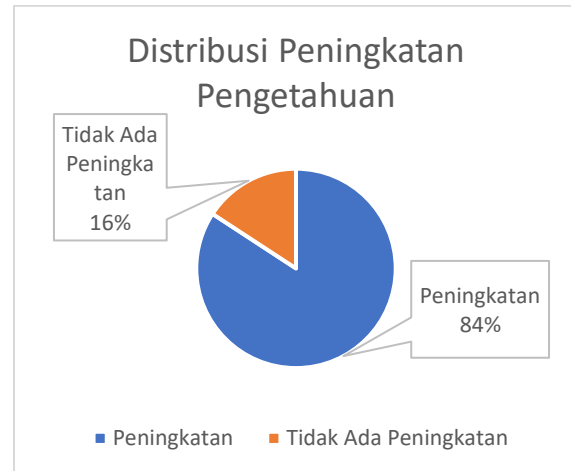


Gambar 3. Klasifikasi IMT terhadap Peserta Pengabdian

B. Data Tingkat Pengetahuan Peserta

Untuk mengukur pengetahuan, sebelum penyuluhan peserta diberikan 10 pertanyaan mengenai hipertensi dan komplikasinya. Kemudian dilakukan penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi dan gangguan kognitif yang merupakan salah satu komplikasi hipertensi jangka panjang. Setelah penyuluhan, peserta diberikan kembali 10 pertanyaan yang sama, untuk menilai apakah ada peningkatan pengetahuan

setelah di berikan penyuluhan. Peningkatan pengetahuan terlihat dari skor pertanyaan yang dijawab dengan benar, dan dibandingkan nilai pre test dan post test. Dari analisis statistik sebanyak 84% peserta pengabdian mengalami peningkatan pengetahuan (**Gambar 6**). Penyuluhan kesehatan merupakan kegiatan yang dapat mempengaruhi perubahan perilaku masyarakat. Penyuluhan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran melalui metode komunikasi, informasi, dan edukasi.¹² Semakin tingginya pengetahuan seseorang mengenai hipertensi semakin tinggi kepedulian seseorang untuk mengontrol tekanan darah dan semakin patuh dalam berobat.



Gambar 6. Distribusi Peningkatan Pengetahuan

KESIMPULAN

Pada kegiatan Pengabdian Masyarakat di klinik UNJA SMART, terdapat peningkatan pengetahuan peserta mengenai penyakit hipertensi, komplikasi dan cara pencegahannya, yaitu sebanyak 86%.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI. 2015. "Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015–2019". Diakses melalui <https://doi.org/351.077> Ind r.
2. The Eight Joint National Committee. Evidence based guideline for the management of high blood pressure in adults-Report from the panel members appointed to the eight Joint National Committee. 2014
3. World Health Organization. A Global Brief on Hypertension, World Health Day 2013. Switzerland. 2013
4. World Health Statistics. Monitoring Health for the SDGs, Sustainable Development Goals. Switzerland. 2017
5. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Riset Kesehatan Dasar. 2018. Kementerian Kesehatan RI.
6. Profil Kesehatan Provinsi Jambi 2022.
7. ESH and ESC. ESH/ESC Guidelines For the Management Of Arterial Hypertension. Journal of hypertension 2013. 2013; 31: 1281-1357.
8. Harrison's Principles of Internal Medicine 16th Edition page 1653. The McGraw – Hill Companies. 2005
9. Mohammd, Y. Buku Ajar Ilmu penyakit dalam: Hipertensi esensial. PDSPDI. 2009
10. Abdalla M, Bolen SD, Brettler J, Egan BM, Ferdinand KC, Ford CD, et al. Implementation strategies to improve blood pressure control in the United States: A scientific statement from the American Heart Association and American Medical Association. Hypertension. 2023;80(10).
11. Meher M, Pradhan S, Pradhan SR. Risk factors associated with hypertension in young adults: A systematic review. Cureus. 2023.
12. Maulana, H.D.J. Promosi Kesehatan, Jakarta: EGC. 2009