

Sosialisasi dan Skrining Kesehatan Masyarakat terhadap Kejadian Hipertensi di Desa Harai Kecamatan Mahu

Denisius Umbu Pati¹, Merlin Yohana Selly Boling²

¹ Universitas Kristen Wira Wacana Sumba, Indonesia

² Puskesmas Mahu, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Denisius Umbu Pati

E-mail: denis@unkriswina.ac.id

Abstrak

Hipertensi merupakan kondisi seseorang yang ditandai dengan tekanan darah melebihi 140 mmHg untuk diastole dan systole melebihi 90 mmHg. Hipertensi juga merupakan salah satu penyakit tidak menular yang sering disebut silent killer tidak menunjukkan gejala yang nyata namun menimbulkan komplikasi serius. Tujuan dilakukan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dari pada masyarakat khususnya lanjut usia dan remaja dan melakukan pemeriksaan Kesehatan secara fisik atau skrining Kesehatan. Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat didapatkan bahwa masyarakat sangat antusias atau tingkat partisipasi masyarakat sangat tinggi dalam mengikuti kegiatan tersebut namun terdapat beberapa kendala yaitu dimana masyarakat sangat sulit untuk menentukan waktu yang tepat untuk melakukan kegiatan dikarenakan masyarakat sangat sibuk dengan pekerjaan baik Bertani, berkebun ataupun pekerjaan lainnya selain itu juga yang menjadi kendala ialah Bahasa, Sebagian besar masyarakat masih kurang paham menggunakan Bahasa Indonesia untuk itu perlu dilakukan penerjemahan dari masyarakat yang ada di desa tersebut.

Kata kunci - hipertensi, sosialisasi, skrining, kesehatan.

Abstract

Hypertension is a condition in which a person is characterized by blood pressure exceeding 140 mmHg for diastole and systole exceeding 90 mmHg. Hypertension is also one of the non-communicable diseases that is often called a silent killer does not show obvious symptoms but causes serious complications. The purpose of this Community Service activity is to increase knowledge of the community, especially the elderly and adolescents and to conduct physical health checks or Health screening. Based on the results of community service activities, it was found that the community was very enthusiastic or the level of community participation was very high in participating in the activity, but there were several obstacles, namely where the community found it very difficult to determine the right time to carry out activities because the community was very busy with work, either farming, gardening or other work. In addition, the obstacle is also language, most people still do not understand how to use Indonesian, so it is necessary to translate from the community in the village.

Keywords - hypertension, socialization, screening, health

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan kondisi medis seseorang yang ditandai dengan adanya tekanan darah yang tinggi secara kronis di dalam arteri. Secara umum, seseorang dikatakan mengalami hipertensi apabila tekanan darahnya mencapai atau melebihi 140/90 mmHg dalam beberapa kali pengukuran. Berdasarkan data World Health Organization tahun 2023 diperkirakan kurang lebih 1,28 miliar individu dewasa berusia antara 30 hingga 79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, dan hanya 42% dari mereka yang telah didiagnosis serta menerima perawatan dan Indonesia kasus prevalensi hipertensi mencapai angka 30,8%. Tekanan darah tinggi dapat menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, dan mengalami gangguan pendengaran (Tege & Mandias, 2025).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi juga merupakan salah satu penyakit tidak menular yang sering disebut sebagai *silent killer* karena tidak menunjukkan gejala yang nyata namun dapat menimbulkan komplikasi serius. Tingginya angka kasus hipertensi dan juga merupakan penyakit serius menunjukkan perlunya intervensi promotif dan preventif di tingkat masyarakat. Peningkatan insiden hipertensi terkait erat dengan perubahan gaya hidup dalam masyarakat modern. Selain itu, kurangnya pengetahuan umum tentang faktor risiko dan gejala tekanan tinggi juga merupakan salah satu alasan deteksi dini yang rendah dan pengobatan penyakit ini.

Hipertensi naiknya tekanan darah diatas normal, yaitu 140/90 mmHg. Hipertensi dapat diklasifikasikan menjadi 2 jenis, yaitu hipertensi primer yang tidak diketahui penyebabnya, dan hipertensi sekunder yang disebabkan oleh gangguan ginjal, penyakit endokrin dan penyakit jantung. Diagnosis hipertensi jika tekanan darah diastolic ≥ 140 mmHg dan tekanan darah sistolik ≥ 90 mmHg pada dua kali pengukuran dalam waktu yang berbeda. Faktor risiko dari Penyakit Jantung Koroner dapat dibagi dua, yaitu faktor risiko yang bisa diubah antara lain hipertensi, dislipidemia, merokok, obesitas, diabetes melitus, aktifitas fisik, stress; dan faktor risiko yang tidak bisa diubah antara lain umur, jenis kelamin dan genetik. Pola makan yang salah, berat badan yang berlebih, kebiasaan buruk seperti mengkonsumsi rokok dan alkohol merupakan faktor pencetus penyakit hipertensi. Penyebab utama kematian pada penderita hipertensi adalah serebrovaskular, kardiovaskular dan gagal ginjal (Kurniasari & Alrosyidi, 2020).

Promosi berkelanjutan dan pendekatan pencegahan diperlukan untuk pencegahan dan pengendalian hipertensi. Pencegahan dilakukan dengan pendekatan secara preventif dan promotive merupakan langkah strategis untuk meningkatkan kesadaran, meningkatkan perubahan perilaku, dan memperkuat kemampuan orang untuk mengenali dan mengendalikan tekanan darah. Oleh karena itu, upaya bersama antara petugas kesehatan, akademisi, pemerintah dan masyarakat diperlukan untuk melakukan sosialisasi dan upaya promotive terhadap pentingnya pencegahan dan deteksi dini hipertensi, terutama pada kelompok Lansia, seperti orang tua dan masyarakat dengan akses terbatas ke informasi kesehatan. Kelompok masyarakat berisiko lebih tinggi mengalami tekanan darah tinggi diantaranya kelompok yang lebih tua (orang tua/lansia) disebabkan oleh proses penuaan di mana elastisitas pembuluh menyebabkan penurunan elastisitas pembuluh darah. Selain orang tua, wanita dalam masa menopause juga memiliki risiko lebih tinggi karena perubahan hormone (Sijabat et al., 2020a).

Selain usia dan jenis kelamin, kelompok dengan gaya hidup yang tidak sehat seperti perokok, orang gemuk, dan mereka yang jarang bermain olahraga juga rentan terhadap hipertensi. Faktanya, tren saat ini menunjukkan peningkatan hipertensi usia kerja, terutama karena diet garam yang tinggi, stres, dan kurangnya kesadaran akan pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin. Kurangnya pengetahuan dan kesadaran kelompok lansia memperburuk kondisi karena banyak orang yang terkena dampak tidak menyadari bahwa mereka memiliki hipertensi. Oleh karena itu, upaya pendidikan, deteksi dini dan mempromosikan gaya hidup sehat sangat penting, terutama untuk kelompok masyarakat berisiko tinggi.

Kegiatan sosialisasi mengenai hipertensi bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat (lanjut usia/lansia) terhadap faktor risiko, gejala, pencegahan, serta pentingnya deteksi dini hipertensi. Sosialisasi dilakukan melalui pendekatan edukatif yang disesuaikan dengan karakteristik peserta, seperti usia, tingkat pendidikan, dan kebutuhan informasi. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilakukan yakni sosialisasi dan pemeriksaan Kesehatan pada kelompok Lanjut usia (lansia) di Desa Harai Kecamatan Mahu yang bertujuan untuk meningkat pengetahuan dan pencegahan dini terhadap hipertensi dalam menurunkan kasus hipertensi.

METODE

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat di Desa Harai Kecamatan Mahu ialah

Sosialisasi merupakan pemberian materi terkait hipertensi dilakukan dengan mengumpulkan masyarakat (khususnya Lanjut usia/ lansia) kemudian diberikan materi menggunakan metode ceramah dan dilanjutkan dengan diskusi untuk melihat seberapa besar partisipasi dari pada masyarakat yang mengikuti ceramah tersebut.

Pemeriksaan Kesehatan dilakukan untuk mengidentifikasi resiko tinggi terhadap kejadian hipertensi pada masyarakat khusus lanjut usia (lansia) dan kemudian untuk dilakukan intervensi lebih awal baik melalui perubahan gaya hidup atau pola perilaku, atau melalui kuratif (pengobatan) dengan pemberian obat anti hipertensi sehingga dapat mengurangi angka kesakitan dan angka kematian. Skrining juga dapat meningkatkan kesadaran kepada masyarakat akan pentingnya dalam menjaga tekanan darah agar tetap normal dengan gaya hidup dan pola perilaku lebih baik dan sehat sehingga pencegahan lebih efektif dibandingkan dengan pengobatan (Lestari et al., 2025).

Pada bagian skrining Kesehatan dilakukan oleh tenaga Kesehatan (bidan dan perawat) sehingga data yang didapatkan lebih akurat dan valid sehingga intervensi apabila terdapat resiko tinggi yang dilakukan pada saat kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat lebih sesuai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Derajat kesehatan masyarakat merujuk pada kondisi kesehatan secara umum di suatu wilayah atau kelompok masyarakat, yang mencerminkan tingkat kesehatan, kesejahteraan, dan kualitas hidup masyarakat. Kesehatan merupakan salah satu faktor yang berperan penting dalam investasi pembangunan sumber daya manusia berkualitas (Pati, 2020).

Strategi Kesehatan merupakan Salah satu pilar dari pengembangan kesehatan nasional adalah paradigma masyarakat dalam upaya meningkatkan kesehatan. Upaya Kesehatan adalah upaya melakukan promosi, pencegahan (prventif), perawatan (kuratif) dan rehabilitasi. Solusi untuk mengurangi kejadian hipertensi dapat dicapai melalui promosi kesehatan masyarakat dan mengubah pola hidup buruk menjadi pola hidup yang sehat. Hipertensi dapat dapat dicegah melalui pemerinksaan secara berkala/rutin, rutin berolahraga dan mempertahankan gaya hidup yang sehat (Sijabat et al., 2020b).

Berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di Desa Harai Kecamatan Mahu didapatkan bahwa antusiasme dari masyarkat untuk mengikuti kegiatan tersebut sangat baik dimana masyarakat lansia (lanjut usia) maupun remaja. Tahapan kegiatan yang dimulai dengan sosialisasi terkait materi Hipertensi dan dampak yang ditimbulkan dari hipertensi serta pola hidup atau gaya hidup (perilaku hidup sehat) pertlu ditingkatkan untuk menghindari dari morbiditas dan mortalis, partisipasi dari masyarakat dengan mendengarkan materi sangat tinggi dimana banyak masyarakat yang mengajukan pertanyaan terkait hipetensi.



Gambar 1.

Sosialisasi materi Hipertensi dan dampak dari hipertensi

Berdasarkan gambar 1. Sosialisasi materi hipertensi dan dampak dari hipertensi menunjukkan bahwa masyarakat dalam mengikuti sosialisasi tersebut masyarakat berusaha untuk datang dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dimana waktu yang disesuaikan dengan masyarakat setelah masyarakat melakukan aktifitas seperti berkebun, bertani dan beternak setelah masyarakat melakukan kegiatan tersebut baru dilakukan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat sehingga pada tampak gambar tersebut masyarakat baru sebagian yang hadir. Setelah dilakukan sosialisasi atau pemberian materi banyak masyarakat yang bertanya terkait materi tersebut seperti untuk menghindari hipertensi apa yang perlu dilakukan dan pola hidup atau untuk mencapai pola hidup dan sehat apa yang perlu dilakukan. Sebagian masyarakat yang hadir juga masih terkendala dengan bahasa indonesia masyarakat cukup fasih dengan bahasa daerah sehingga hal ini juga menjadi kesulitan bagi pemateri.



Gambar 2.

Melakukan skrining/ pemeriksaan kesehatan hipertensi secara fisik

Berdasarkan gambar 2. skrining Kesehatan atau pemeriksaan Kesehatan terdapat beberapa pengeluhan dari masyarakat terkait kondisi Kesehatan mereka terkhusus bagi yang lanjut usia terdapat beberapa masyarakat yang memiliki Riwayat hipertensi dengan angka 140/100 dan ada beberapa

masyarakat yang memiliki penyakit tidak menular lainnya seperti Diabetes Melitus dan lain sebagainya. Sebelum peserta pulang apabila terdapat penyakit tidak menular dan hipertensi pada saat melakukan skrining Kesehatan maka petugas Kesehatan memberikan obat dan setelah itu disarankan untuk melakukan pemeriksaan lanjutan ke Puskesmas atau fasilitas Kesehatan terdekat.

KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang terjadi di Desa Harai Kecamatan Mahu berjalan dengan lancar, aman dan tertib dengan sasaran kegiatan yakni masyarakat umum dan khususnya masyarakat lanjut Usia (lansia). Berdasarkan hasil pada kegiatan tersebut banyak masyarakat yang tidak mengetahui apa itu hipertensi dan akibat dari hipertensi tersebut setelah dilakukan sosialisasi dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat setelah dilakukan sosialisasi tersebut, setelah itu dilakukan skrining Kesehatan didapatkan bahwa Sebagian masyarakat mengalami hipertensi dan penyakit lainnya seperti DM, TBC dan lain-lain.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada pihak – pihak yang membantu menajalankan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat diantaranya

1. Masyarakat Desa Harai Kecamatan Mahu yang telah meluangkan waktu untuk menghadiri kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat
2. Puskesmas Mahu yang telah bersedia melakukan kolaborasi Pengabdian kepada Masyarakat Bersama
3. Universitas Kristen Wira Wacana Sumba yang telah mendukung terlaksananya kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Kurniasari, S., & Alrosyidi, A. F. (2020). Penyuluhan tentang hipertensi dan pemeriksaan tekanan darah pada kelompok ibu-ibu di desa Bettet, Pamekasan. *Darmabakti*, 1(2), 74–78.
- Lestari, R., Herniwanti, H., & Rawani, A. (2025). Strategi Peningkatan Cakupan Skrining Hipertensi Diwilayah Kerja Puskesmas Rantau Kopar Kabupaten Rokan Hilir. *Prosiding Hang Tuah Pekanbaru*, 2(1), 120–135.
- Pati, D. U. (2020). Analisis resiko derajat kesehatan petani pengguna pestisida. *Jurnal Kesehatan Primer*, 5(2), 70–77.
- Sijabat, F., Purba, S. D., Saragih, F., Sianturi, G. S., & Ginting, M. (2020a). Promosi kesehatan pencegahan hipertensi pada lansia di kelurahan Dwikora. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 1(2), 262–268.
- Sijabat, F., Purba, S. D., Saragih, F., Sianturi, G. S., & Ginting, M. (2020b). Promosi kesehatan pencegahan hipertensi pada lansia di kelurahan Dwikora. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 1(2), 262–268.
- Tege, V. F., & Mandias, R. J. (2025). Hipertensi dengan Kemampuan Pendengaran pada Penderita Hipertensi di Kelurahan Madidir Ure. *Klabat Journal of Nursing*, 7(1), 57–62.