

Skrining dan Edukasi Penyakit Hipertensi pada Warga Desa Baruga Kecamatan Bantimurung Kabupaten Maros

Screening and Education for Hypertension in Baruga Village Residents, Bantimurung District, Maros Regency

Desi Dwirosalia Ningsih Suparman

Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Bosowa
Email Korespondensi: desi.dwirosalia@universitasbosowa.ac.id

ABSTRACT

Globally, hypertension is the highest cause of disability and premature death. The same condition also occurred in Bantimurung District, Maros Regency, where 200 cases of hypertension were recorded during January - July 2023. This community service aims to detect early and provide education about hypertension, so screening and education activities for hypertension were held for the residents of Baruga Village. This series of activities took place on 3 and 10 December 2023 and was attended by 29 participants aged ≥ 30 years and carried out using the manual blood pressure checking method. The results obtained were that 69% of participants had blood pressure $\geq 130/80$ mmHg. In the follow-up activities of personal counseling, the average blood pressure increased to 144/84 mmHg. Thus, a combination of several sustainable control efforts is needed in order to achieve the expected reduction in prevalence and control targets.

Keywords: Screening, Education, Hypertension

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyebab kematian prematur dan kecacatan tertinggi di seluruh dunia, khususnya pada negara-negara kelompok pendapatan rendah dan menengah (Youness El Achhab, 2019) Hal ini terjadi karena hipertensi menjadi faktor resiko mayor berbagai penyakit kardiovaskuler dan ginjal kronik (Mills, 2016) Peningkatan tekanan darah yang tidak terkontrol menjadi penyebab 10.4 juta kematian per tahun di seluruh dunia dan diperkirakan pada 2010 1.39 milyar orang diseluruh dunia menderita hipertensi (Thomas Unger, 2020). Angka Kejadian ini akan diperkirakan akan terus meningkat hingga pada 2025 diprediksi sekitar 29% orang dewasa di dunia mengalami hipertensi.

Hipertensi berkontribusi terhadap berbagai gangguan kardiovaskuler seperti gagal jantung, infark miokard dan stroke. Peluang kejadian hipertensi juga meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Pertambahan usia pada kelompok usia muda akan meningkatkan 27% peluang kejadian hipertensi dan peluang ini meningkat secara drastis pada kelompok usia di atas 80% (Estefania Oliveros, 2020)

Di Indonesia, data berbagai survey kesehatan menunjukkan terjadinya peningkatan prevalensi hipertensi yang cukup signifikan, yakni 25.8% hingga 34.1% dalam kurun waktu lima tahun. Data yang dirilis oleh Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan pada 2015 menunjukkan hipertensi adalah peringkat pertama penyakit tidak menular (PTM) dengan jumlah kasus 63,66%. Hipertensi juga masuk ke dalam tiga besar penyakit penyebab kematian terbesar khususnya di kota Makassar dan Kabupaten Takalar (Salmah Arafah, 2022)

Sesuai dengan data global maupun nasional, hipertensi juga merupakan masalah utama penyakit tidak menular di Kecamatan Bantimurung, Kabupaten Maros Provinsi Sulawesi Selatan. Berdasarkan data Puskesmas Bantimurung, penyakit hipertensi berada pada puncak sepuluh penyakit terbanyak sepanjang Januari hingga Juli 2023 dengan capaian 200 kasus. Khusus pada desa Baruga, lokasi pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat, capaian kasus ini juga menduduki peringkat pertama penyakit tidak menular dengan jumlah kasus 57. Oleh karena itu, perlu dilakukan program pengabdian kepada masyarakat untuk mengatasi permasalahan ini.

SOLUSI DAN TARGET

Dengan mempertimbangkan prevalensi dan resiko morbiditas dan mortalitas jangka panjang yang disebabkan oleh hipertensi, maka program penapisan dan edukasi hipertensi pada kelompok masyarakat dianggap penting dilakukan. Skrining atau penapisan ini dilakukan dengan tujuan deteksi dini hipertensi dengan metode pengukuran tekanan darah manual. Setelah itu, program kerja dilakukan dengan edukasi berupa konseling personal untuk meningkatkan pengetahuan perorangan mengenai bahaya hipertensi dan meningkatkan kesadaran dan kepatuhan berobat untuk kelompok yang telah menderita hipertensi. Program ini dilaksanakan dengan target kelompok masyarakat yang masuk ke dalam kategori usia beresiko, yakni ≥ 30 tahun, perempuan dan laki-laki, dan dari semua latar belakang sosial dan ekonomi

METODE PELAKSANAAN

Program ini merupakan bagian dari pengabdian kepada masyarakat dengan melibatkan tim dosen dan mahasiswa. Pelaksanaan skrining hipertensi dan edukasi dilakukan pada Ahad, 3 Desember 2023 bertempat di Kantor Desa Baruga Kecamatan Bantimurung Kabupaten Maros. Program ini dilaksanakan dengan metode pengukuran tekanan darah konvensional menggunakan alat stetoskop dan spigmomanometer atau tensimeter. Pengukuran tekanan darah dilakukan dalam kondisi optimum. Target skrining diposisikan dalam kondisi duduk tenang selama 5 menit dan lengan yang diperiksa disandarkan pada meja pemeriksaan. Diagnosis penyakit hipertensi dilakukan dengan mengacu pada kriteria *American Heart Association* (AHA) 2017, yakni pengukuran tekanan darah $\geq 130/80$ mmHg pada dua kali pengukuran tekanan darah pada waktu dan kondisi yang berbeda (Estefania Oliveros, 2020; Estefania Oliveros, 2020).

Program edukasi dilakukan secara personal setelah mengetahui hasil pemeriksaan tekanan darah. Informasi yang diberikan secara umum selama konseling adalah faktor resiko hipertensi dan cara-cara pencegahannya. Apabila saat pemeriksaan didapatkan hasil tekanan darah $\geq 130/80$ mmHg dan/atau ada 28iwayat hipertensi sebelumnya maka edukasi diperluas dengan informasi mengenai target penurunan tekanan darah dan terapi penurunan tekanan darah, baik terapi farmakologi maupun terapi non farmakologi.

Skринing dan edukasi kemudian diikuti dengan pelaksanaan follow-up dari rumah ke rumah (door-to-door) untuk mengetahui hasil dari pemeberian edukasi perorangan. Follow up dilakukan setelah hari ke tujuh dari pemeriksaan awal tekanan darah dilakukan, yakni pada Ahad, 10 Desember 2023 bertempat pada rumah masing-masing target yang mengikuti program.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada waktu pelaksanaan, 3 Desember 2023, terdapat 29 warga Desa Baruga yang mengikuti kegiatan skринing dan edukasi di ruangan serba guna Kantor Desa Baruga. Kelompok target yang menghadiri kegiatan didominasi oleh wanita dan ada beberapa orang yang telah memiliki riwayat penyakit hipertensi.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Skринing dan Kegiatan Hipertensi Desa Baruga

Hasil pemeriksaan tekanan darah terhadap semua peserta menunjukkan bahwa mayoritas peserta (69%) memiliki tekanan darah $\geq 130/80$ mmHg. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas penduduk memiliki penyakit hipertensi meskipun pada beberapa orang belum bisa dikategorikan langsung sebagai penderita karena belum sesuai jumlah pemeriksaan tekanan darah minimal yang direkomendasikan *American Heart Association* (AHA).

Tabel 1. Distribusi tekanan darah berdasarkan kriteria AHA

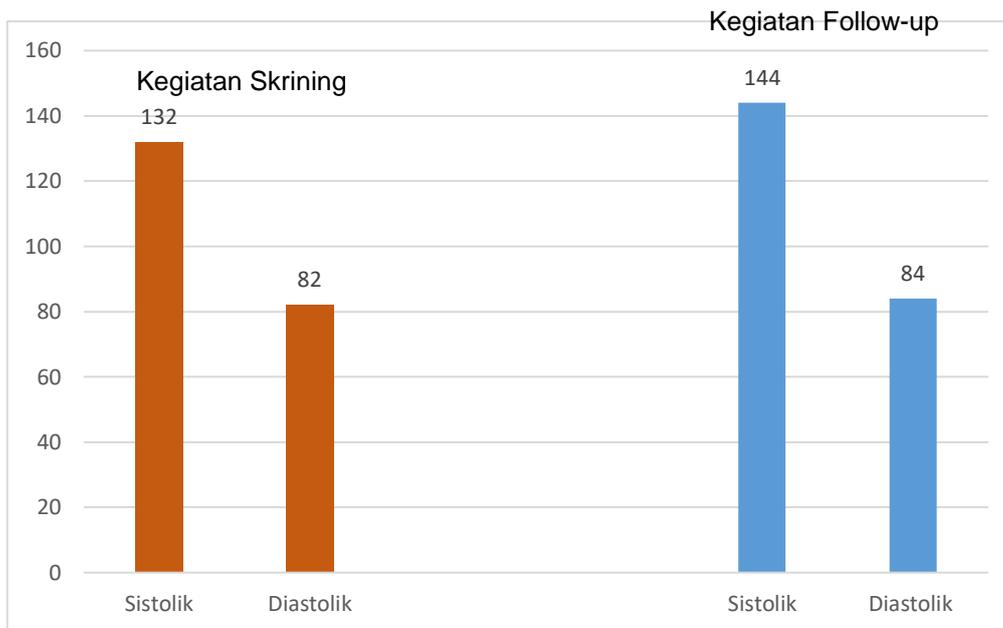
Tekanan darah	Jumlah
Normal (< 130/ 80 mmHg)	9
Hipertensi derajat I (130 -139 / 80 – 89 mmHg)	9
Hipertensi derajat II ($\geq 140 / 90$)	11
Total	29

Sesi edukasi berupa konseling personal dilakukan setelah mengetahui hasil pemeriksaan tekanan darah. Edukasi pada peserta dengan tekanan darah normal ditekankan pada pengenalan faktor resiko terjadinya hipertensi dan tindakan pencegahan, sedangkan pada kelompok dengan tekanan darah meninggi dan memiliki Riwayat hipertensi lama diberikan informasi tambahan berupa target pengendalian tekanan darah dan beberapa pengobatan farmakologi dan terapi alternatis seperti tanaman herbal dan aktivitas fisik yang dianjurkan. Sesi konseling personal berjalan dengan komunikasi dua arah dan peserta diberikan kesempatan memberikan pertanyaan seputar penyakit hipertensi.

Pada hari ketujuh setelah kegiatan skrining dan edukasi, yakni 10 Desember 2023, dilakukan *follow up* dengan metode kunjungan rumah untuk mengetahui tekanan darah pada waktu lain (kriteria diagnosis hipertensi) dan juga mengevaluasi pemahaman peserta secara subjektif mengenai topik konseling personal yang telah dilakukan sebelumnya. Hasil yang didapatkan adalah terdapat peningkatan rerata tekanan darah dari peserta, yakni 144/ 84 mmHg dari rerata tekanan darah pada kegiatan skrining dan edukasi sebelumnya.



Gambar 2. Kegiatan *follow-up* dengan metode kunjungan rumah



Gambar 3. Rerata tekanan darah peserta pada dua kegiatan

Skrining dan edukasi tentang penyakit hipertensi sangat penting dalam upaya pencegahan, deteksi dini, dan manajemen penyakit tersebut (Widjaja et al, 2023). Skrining menyediakan kesempatan untuk mendeteksi hipertensi pada tahap awal, sebelum menyebabkan komplikasi serius. Semakin dini hipertensi terdeteksi, semakin baik peluang untuk mengelola kondisi tersebut dengan efektif. Selain itu, edukasi tentang hipertensi membantu individu untuk memahami risiko yang terkait dengan kondisi ini, termasuk serangan jantung, stroke, gagal ginjal, dan masalah kesehatan lainnya (Mano et al, 2023). Dengan menyadari risiko tersebut, individu lebih mungkin untuk mengadopsi gaya hidup sehat dan mengikuti pengobatan yang diperlukan untuk mencegah komplikasi. Melalui edukasi, individu dapat mempelajari cara mengelola hipertensi secara efektif, termasuk dengan mengadopsi pola makan sehat, berolahraga secara teratur, mengelola stres, dan mematuhi rekomendasi pengobatan dari profesional kesehatan.

Hipertensi merupakan faktor risiko utama untuk berbagai penyakit kronis yang mempengaruhi kesehatan masyarakat secara luas. Dengan melakukan skrining dan edukasi secara massal, kita dapat mengurangi jumlah kasus hipertensi dan dampaknya terhadap sistem kesehatan secara keseluruhan. Dengan mengelola hipertensi dengan baik, individu dapat mengurangi gejala yang terkait dengan kondisi tersebut, seperti sakit kepala, kelelahan, dan sesak napas. Hal ini dapat meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Pencegahan dan manajemen dini hipertensi secara efektif dapat mengurangi biaya perawatan jangka panjang yang terkait dengan komplikasi yang mungkin timbul akibat penyakit ini.

Edukasi memberdayakan individu untuk mengambil kendali atas kesehatan mereka sendiri. Dengan memahami faktor risiko dan tindakan pencegahan yang dapat diambil, individu dapat memainkan peran aktif dalam menjaga kesehatan mereka sendiri dan mengurangi risiko komplikasi yang terkait dengan hipertensi. Dengan demikian, skrining dan edukasi tentang penyakit hipertensi merupakan langkah yang krusial dalam upaya untuk meningkatkan kesehatan masyarakat dan mengurangi beban penyakit kronis di tingkat individual maupun populasi.

KESIMPULAN

Terdapat prevalensi penyakit hipertensi yang cukup tinggi penyakit hipertensi pada kelompok warga Desa Baruga (69% dari total peserta kegiatan). Pengendalian dan pencegahan penyakit

dengan konseling personal belum dapat mencapai target yang diharapkan, yakni penurunan tekanan darah rerata. Dengan demikian, diperlukan program pengendalian penyakit hipertensi yang berkesinambungan dalam jangka panjang untuk menurunkan prevalensi kejadian dan juga mencegah morbiditas dan mortalitas terutama pada kelompok penderita.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih pada mahasiswa-mahasiswa Angkatan 2020 peserta KKN Periode November – Desember 2023 di Desa Baruga. Ucapan terima kasih yang sama kami berikan pada Unit Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Bosowa dan Yayasan Aksa Mahmud - Bosowa Education atas sumbangsih pendanaan yang diberikannya sehingga kegiatan pengabdian ini dapat terselenggara dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

Youness El Achhab, L. N. (2019). *Prevalence control and risk factors related to hypertension among Moroccan adults: a multicentre study*. EMHJ, 447 - 456.

Mano, D., Ezra, P. J., Marcella, A., & Firmansyah, Y. (2023). Kegiatan Pengabdian Masyarakat dalam Rangka Edukasi Masyarakat Terhadap Hipertensi serta Deteksi Dini Penyakit Gagal Ginjal Sebagai Komplikasi dari Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(2), 34-45.

Mills, K. T. (2016). *Global Disparities of Hypertension Prevalence and Control*. Circulation, 441 - 450.

Thomas Unger, C. B. (2020). 2020 *International Society of Hypertension Global Hypertension Practise Guidelines*. Hypertension, 1334 - 1357.

Estefania Oliveros, H. P. (2020). *Hypertension in older adults: assessment, management, and challenges*. Clinical Cardiology, 99 -107.

Salmah Arafah, D. e. (2022). Efektivitas Massase Punggung dan Massase Kaki Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di UPT Puskesmas Bulukunyi. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 75 - 82.

Widjaja, Y., Santoso, A. H., Wijaya, D. A., Satyanegara, W. G., Kurniawan, J., Herdiman, A., ... & Lumintang, V. G. (2023). Peningkatan Kewaspadaan Masyarakat Terhadap Penyakit Ginjal Kronis Dengan Edukasi Gaya Hidup Dan Skrining Fungsi Ginjal. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(6).