



# Pemeriksaan Tekanan Darah dan Konseling Kesehatan Sebagai Upaya Deteksi Dini Hipertensi

Suharta<sup>1</sup>, Ardho Wisnu<sup>2</sup>

1. Dosen Program Studi S1 Keperawatan
2. Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan

\*e-mail: Suhartabiomedik@gmail.com

## Abstrak

*Hipertensi merupakan salah satu permasalahan serius diseluruh dunia, merujuk pada angka mortalitas dan morbiditas serta prevalensi yang tinggi. Indonesia sebagai salah satu negara berkembang mencatat hipertensi termasuk dalam 5 besar sebagai permasalahan Kesehatan masyarakat. Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada acara Car Free Day (CFD) di Alun-alun kabupaten jember dengan melibatkan masyarakat yang datang pada acara CFD dipilih menjadi responden secara acak. Rentang usia yang berpartisipasi dalam kegiatan ini yaitu 35-55 tahun (laki-laki dan perempuan). Terdapat tiga langkah utama selama berlangsungnya kegiatan yaitu pemilihan responden, pengukuran tekanan darah dan memberikan konseling hipertensi. Hasil yang didapatkan adalah terdapat peningkatan pemahaman dan kesadaran tentang pentingnya pencegahan dini setelah diberikan konseling hipertensi. Kesimpulan; perlu diberikan konseling Kesehatan pada seluruh masyarakat yang berisiko tinggi hipertensi dan melakukan skrining pemeriksaan tekanan darah pada usia dewasa untuk seluruh masyarakat jember.*

**Kata kunci:** hipertensi, skrining TD, konseling hipertensi

## Abstract

*Hypertension is a serious problem worldwide in which the number of mortality and morbidity rates and prevalence are high. Indonesia as a developing country noted that hypertension is included in the top 5 as a serious public health problem. This community service was carried out at the Car Free Day (CFD) event in the Jember district square by involving people who came to the CFD event, then respondents selected randomly. 35-55 years (male and female) was the age range among respondents. There are three main steps conducted to the program namely selecting respondents, measuring blood pressure and providing hypertension counseling. The result; increased understanding and awareness related to the importance of early prevention after counseling session. Conclusion; Health counseling needs to be given to all people who are at high risk of hypertension and to check blood pressure in adults for all of Jember.*

**Keywords:** hypertension, Blood Pressure Screening, Counseling

## 1. PENDAHULUAN

Hipertensi masih sebagai salah satu penyumbang angka morbiditas dan mortalitas di negara berkembang. (Alireza Esteghamati, et al 2016). Mengingat dampak bahaya hipertensi yaitu mengarah ke resiko tinggi stroke dan memberikan beban keluarga dalam aspek psikologi dan ekonomi, sehingga sangat penting untuk diberikan perhatian khusus baik dari segi treatment atau pencegahan (Armando Arredondo & Raúl Avilés, 2014)

Prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,11% dan melihat lebih slesifik di kabupaten jember yaitu 36,8 % dimana angka ini lebih tinggi dibandingkan angka nasional (Riskesdas, 2018). Ramalan tentnag Kasus hipertensi di kabupaten jember akan terjadi peningkatan secara trend (Putri NG. 2018)

Penelitian sebelumnya yang dilakukan di Indonesia menyebutkan beberapa cara yang bisa dilakukan dalam menurunkan hipertensi (baik tekanan darah sistolik dan diastolik) yaitu dengan memberikan konseling kepada pasien. Konseling pada pasien hipertensi berbasis komunitas juga dilakukan di negara maju karena hal tersebut dianggap sebagai pendekatan preventif dan bentuk

manajemen langsung dalam menurunkan angka hipertensi (Carey, Robert M et al. 2018). Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk melakukan skrining tekanan darah pada masyarakat jember dan tindak lanjut berupa konseling Kesehatan berkaitan dengan hipertensi.

## 2. METODE

Pengabdian kepada masyarakat dilakukan pada hari minggu di acara *car free day* Alun-Alun Kabupaten Jember dengan tema pemeriksaan tekanan darah sebagai upaya pecegahan dini hipertensi. Jumlah responden yang dilibatkan dalam pengabdian ini yaitu 80 responden. Tahapan dalam melaksanakan kegiatan ini antara lain:

### a. Tahap Persiapan

Pemilihan lokasi tempat pengabdian kepada masyarakat. Alun-alun jember adalah pusat kota, dimana mayoritas masyarakat baik laki-laki dan Wanita dengan memiliki rentang usia yang heterogen. Asumsi awal adalah semakin variatif usia, maka akan mendapatkan gambaran secara umum berkaitan dengan tekanan darah. Tema hipertensi bisa disebut sebagai salah satu topik yang layak di soroti mengingat urgensitas dan komplikasinya.

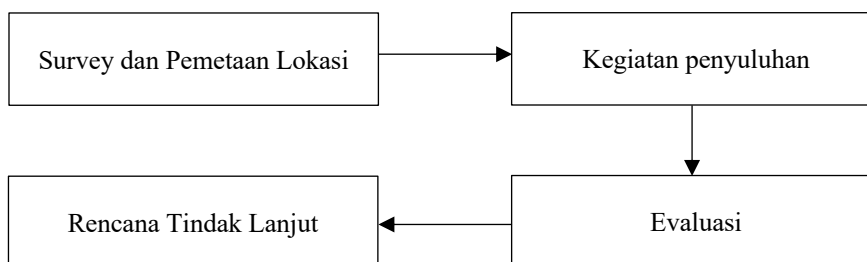
### b. Pelaksanaan Program

Pada tahap pelaksanaan pengabdian dilakukan beberapa hal, yaitu: a) Persiapan alat dan bahan, b) Pembuatan benner dan pamflet, c) Kegiatan penyuluhan d) Evaluasi. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 13 Maret 2022.

### c. Tahap Evaluasi

Tahapan evaluasi pada kegiatan ini yaitu melihat antusiasme masyarakat saat sesi konseling Kesehatan yang berlangsung selama kurang lebih 10 menit setiap individu. Hasil akhir dari proses konseling adalah masyarakat yang hipertensi mampu menentukan Tindakan apa yang dapat dilakukan oleh penderita hipertensi dalam mengelola dan menurunkan tekanan darah ke rentang normal.

Pada kegiatan ini, alur pelaksanaan dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1. Alur Kegiatan Pelaksanaan Program

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat oleh dosen STIKes Al-Qodiri Program Studi S1 Keperawatan telah dilakukan pada tanggal 13 maret dengan total responden 80 masyarakat jember. Langkah-langkah yang dilakukan pada saat pengabdian yaitu pemilihan responden secara acak, dilakukan *informed consent*, pengukuran tekanan darah dan diikuti dengan sesi konseling hipertensi. Pamflet digunakan sebagai salah satu media saat memberikan layanan konseling. Hasil yang didapatkan yaitu meningkatnya pemahaman dan kesadaran masyarakat tentang hipertensi

dan pentingnya pencegahan hipertensi setelah diberikan konseling. Yang ditunjukkan dengan tabel 1.

Konseling	Pre	post
Pemahaman dan kesadaran masyarakat	kurang	Cukup baik

Tabel 1. Hasil pengukuran tingkat pemahaman masyarakat tentang hipertensi

Tabel diatas menunjukkan bahwa deteksi dini dan memberikan konseling merupakan satu bentuk preventif yang dinilai efektif dalam pencegahan hipertensi kronis. *Kosenling life style modification* merupakan memberikan edukasi dan layanan konsultasi kepada masyarakat yang menjalani upaya menjaga dan menurunkan tekanan darah (Suharta & Anggrianti, DA 2019).



Gambar 1. (a & b) pemeriksaan tekanan darah dan memberikan konseling kepada masyarakat

#### 4. KESIMPULAN

Terdapat perubahan pemahaman dan kesadaran tentang hipertensi setelah diberikan konseling hipertensi. Pada pengabdian ini hasil yang didapatkan dari *random sampling technique* mencerminkan bahwa tingkat akurasi tergolong tinggi sebagai representatif kondisi masyarakat jember. Kekurangan penelitian ini yaitu perlu dilakukan pada beberapa daerah atau kecamatan dikabupaten jember untuk membandingkan perspektif dengan latar belakang responden yang berbeda-beda (kota dan pedesaan). Untuk pengabdian kepada masyarakat berikutnya perlu di lakukan di desa-desa, untuk membandingkan profil pemahaman dengan masyarakat yang berada dilingkungan kota.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada LPPM STIKes Bhakti AlQodiri yang telah memberikan pendanaan pengabdian kepada masyarakat.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Carey, Robert M et al. "Prevention and Control of Hypertension: JACC Health Promotion Series." *Journal of the American College of Cardiology* vol. 72,11 (2018): 1278-1293. doi:10.1016/j.jacc.2018.07.008

2. Suharta & Anggrianti, DA. 2019. *Konseling lifestyle modification pada individu dengan hipertensi*. Medical journal of alqodiri. Vol 6. No 1
3. RisKesDas (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia) 2018. Riset Kesehatan Dasar
4. Putri NG, 2021. Peramalan Jumlah Kasus Penyakit Hipertensi Di Kabupaten Jember Tahun 2018-2021 Dengan Metode Time Series. Repository Unej. ac.id