

**CEGAH HIPERTENSI UNTUK HIDUP LEBIH SEHAT DI RT 09 DUSUN
WONOCATUR, KELURAHAN BANGUNTAPAN, KECAMATAN BANGUNTAPAN,
KABUPATEN BANTUL**

**Muchamad Rifai¹, Muhammad Arfianto², RA. Nurmadella Retno Latifa³,
Tia Siti Azizah⁴, Bunga Bilbina Rizkika⁵, Erlina Adhia Riyane⁶**

Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta

E-mail: ¹riffay@gmail.com

Abstrak

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu penyakit kronis dan tidak menular yang menjadi masalah kesehatan masyarakat global karena prevalensinya yang tinggi. Sasaran dari pelaksanaan kegiatan ini adalah seluruh masyarakat Rt 09/ Rw 25 Dusun Wonocatur, Kelurahan Banguntapan, Kecamatan Banguntapan, Kabupaten Bantul yang berjumlah kurang lebih 158 Kepala Keluarga. Dari hasil Community Diagnosis diperoleh bahwa penyakit hipertensi yang menjadi permasalahan utama di RT 09 Dusun Wonocatur. Tujuan pengabdian kepada masyarakat di RT 09 Wonocatur adalah memberikan pengetahuan, pemahaman agar meningkat mengenai penyakit Hipertensi. Metode pengabdian yang dilakukan dengan penyuluhan ceramah dan pemberian leaflet kepada masyarakat RT 09 Wonocatur. Hasil yang didapatkan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat RT 09 Wonocatur yaitu terdapat perubahan pengetahuan yang meningkat pada warga saat sebelum dilakukan penyuluhan dan setelah dilakukan penyuluhan.

Kata Kunci : Community Diagnosis, Hipertensi, Pengabdian Masyarakat, Pengetahuan

Abstract

Hypertension or high blood pressure is a chronic and non-communicable disease that is a global public health problem because of its high prevalence. The target of implementing this activity is the entire community of Rt 09/ Rw 25 Wonocatur Hamlet, Banguntapan Village, Banguntapan District, Bantul Regency, totaling approximately 158 heads of families. From the Community Diagnosis results, it was found that hypertension was the main problem in RT 09 Wonocatur Hamlet. The aim of community service at RT 09 Wonocatur is to provide knowledge and understanding to improve hypertension. The service method is carried out by providing lectures and giving leaflets to the community of RT 09 Wonocatur. The results obtained from community service activities at RT 09 Wonocatur were that there was a change in knowledge which increased among the residents before and after the counseling was carried out.

Kata kunci: *Community Diagnosis, Hipertensi, Community Service, Knowledge*

1. PENDAHULUAN

Terjadinya pergeseran pola hidup di masyarakat tanpa disadari membawa dampak buruk bagi kesehatan, salah satunya adalah mengonsumsi makanan cepat saji dalam jangka waktu yang lama. Pola makan seperti ini dapat memicu banyak penyakit salah satunya adalah hipertensi. Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu penyakit kronis dan tidak menular yang menjadi masalah kesehatan masyarakat global karena prevalensinya yang tinggi. Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana tekanan darah sistolik lebih besar dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Hipertensi biasa disebut sebagai “*silent killer*” atau pembunuh diam-diam karena penyakit hipertensi tidak memiliki tanda dan gejala sebelumnya sehingga diketahui setelah timbulnya komplikasi (Fatmawati et al., 2021).

Kejadian hipertensi lebih tinggi terjadi pada penduduk di negara berkembang sebanyak 75% dibandingkan negara maju. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) prevalensi hipertensi di dunia berkisar 972 juta orang atau 26,4%, angka tersebut kemungkinan akan mengalami peningkatan pada tahun 2025 menjadi 29,2%. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan setiap tahun terdapat 9,4 juta kematian yang diakibatkan oleh hipertensi dan komplikasi. Dari 972 juta penderita hipertensi 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (WHO, 2018 dalam (Zaenurrohman & Rachmayanti, 2017)).

Berdasarkan data (Kemenkes RI, 2021), menyebutkan hipertensi menjadi penyakit yang paling umum diderita oleh masyarakat. Sedangkan menurut data Riset Kesehatan Dasar (Dinas Kesehatan DIY, 2022) prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%. Berdasarkan data tersebut mengalami peningkatan dibandingkan dengan data Riskesdas tahun 2013 yaitu 25,8%. Diperkirakan hanya 1/3 kasus hipertensi di Indonesia yang terdiagnosis, sisanya tidak terdiagnosis.

Berdasarkan data (Kemenkes RI, 2018), prevalensi hipertensi di wilayah DIY adalah 11.01% dan lebih tinggi dibandingkan nasional yaitu 8.8%, selain itu DIY menempati posisi ke 4 menjadi provinsi dengan kasus hipertensi yang tinggi. Hipertensi selalu masuk dalam 10 besar penyakit sekaligus 10 besar penyebab kematian di DIY selama beberapa tahun terakhir. Menurut (Arum, 2019), hipertensi merupakan faktor risiko utama yang mengarah kepada penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke dan penyakit ginjal yang mana pada tahun 2016 penyakit jantung iskemik dan stroke menjadi dua penyebab kematian utama di dunia.

Diagnosis merupakan istilah yang diadopsi dari bidang medis dan kedokteran sebagai proses untuk penentuan jenis penyakit dengan melihat gejala-gejala yang muncul. Dalam dunia Pendidikan istilah “diagnosis” merupakan istilah yang relatif baru. Dengan kesimpulannya maka diagnosis adalah upaya menentukan penyakit atau kelemahan yang dialami seseorang melalui pengujian untuk mendapatkan sesuatu keputusan yang seksama atas gejala-gejala tentang suatu hal. Sedangkan komunitas (*community*) merupakan bagian dari masyarakat yang memiliki persamaan karakteristik tertentu dan biasanya bertempat tinggal di suatu area geografis yang bisa diidentifikasi dengan jelas. Sebagai contoh, pusat kesehatan masyarakat dalam Bahasa Inggris disebut *community health center*, bukan *societal health center* atau *public health center*, karena memang didirikan dengan tujuan untuk melindungi dan meningkatkan kesehatan komunitas tertentu, yaitu masyarakat yang tinggal di suatu wilayah kecamatan.

Community Diagnosis adalah masyarakat mampu melakukan identifikasi secara mandiri, melakukan kajian permasalahan, menyusun kajian permasalahan, menyusun prioritas masalah dan melakukan rencana intervensi sebagai upaya penyelesaian masalah. Hal inilah yang melandasi untuk dilaksanakannya Pengabdian kepada masyarakat di Rt 09/Rw 25 Dukuh Wonocatur, Kelurahan Banguntapan, Kecamatan Banguntapan, Kabupaten Kabupaten Bantul melalui pendekatan *Community Diagnosis*. Tujuan dari dilakukannya *Community Diagnosis* adalah untuk menggali permasalahan utama yang dihadapi oleh komunitas berdasarkan fakta yang ada dan untuk pengambilan strategi serta rencana tindak lanjut untuk penyelesaian masalah tersebut.

2. METODE PELAKSANAAN

Desain studi yang digunakan dalam melaksanakan pengabdian kepada masyarakat yaitu dengan metode pengabdian deskriptif kuantitatif yang digunakan untuk menganalisa data dengan data mendeskripsikan atau menggambarkan variabel secara apa adanya didukung dengan data-data berupa angka yang dihasilkan dari keadaan sebenarnya. Teknik yang digunakan untuk mendapatkan data tersebut yaitu dengan melakukan wawancara mendalam secara acak kepada

masyarakat RT 09/Rw 25 Dusun Wonocatur. Untuk menetapkan prioritas permasalahan menggunakan teknik USG (*Urgency, Seriousness, Growth*) dengan melakukan skoring terhadap permasalahan yang ada di lapangan.

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan kurang lebih selama 2 hari. Sasaran kegiatan ini adalah seluruh masyarakat RT 09/ Rw 25 Dusun Wonocatur, Kelurahan Banguntapan, Kecamatan Banguntapan, Kabupaten Bantul yang berjumlah kurang lebih 158 Kepala Keluarga. Kegiatan Intervensi penyuluhan dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 11 Juni 2023 dilaksanakan di Balai Pokgiat Dusun Wonocatur dan intervensi yang dilakukan berupa penyuluhan metode ceramah penyakit tidak menular Hipertensi dengan menggunakan media *Power Point* dan poster serta melakukan pemeriksaan tekanan darah tinggi sebelum penyuluhan. Kegiatan pemberian leaflet kepada masyarakat dilaksanakan setelah penyuluhan kesehatan ceramah dilaksanakan. Hasil dari penyuluhan yang sudah dilakukan mendapatkan respon yang baik dari masyarakat, dan terdapat beberapa masyarakat yang menanyakan mengenai cara mencegah penyakit hipertensi. Dengan adanya kegiatan pengabdian ini diharapkan masyarakat bisa meningkat pengetahuannya dan lebih peduli terhadap kesehatan mereka dan bagi yang menderita penyakit hipertensi agar melakukan pemeriksaan tekanan darah secara teratur dan mengkonsumsi obat hipertensi yang telah diberikan oleh dokter.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil dari *Community Diagnosis* yang telah dilakukan dengan menggunakan teknik random sampling yaitu melakukan wawancara mendalam yang dilakukan secara acak kepada masyarakat RT 09/ Rw 25 Dusun Wonocatur yang didalamnya terdapat indikator meliputi kesehatan, ekonomi, pendidikan, aktifitas sehari-hari, kesehatan lingkungan dan pelayanan kesehatan. Kemudian dilakukan identifikasi masalah dan mendapatkan beberapa permasalahan yang ada diantaranya yaitu :

Tabel 1. Sepuluh (10) Permasalahan Kesehatan Terbesar

No	Masalah	Presentase
1.	Tidak menanam tanaman pengusir nyamuk (lavender, zodiac, dll)	100%
2.	Memotong makanan tidak menggunakan sarung tangan	99,15%
3.	Tidak ada alat bantu ketika memindahkan benda berat	98,29%
4.	Tidak menaburkan bubuk larvasida pada tempat penampungan air yang sulit dibersihkan	96,58%
5.	Tidak ada tempat penampungan sampah basah (organic) yang tertutup di dalam rumah	84%
6.	Tidak memakai obat nyamuk untuk menghindari gigitan nyamuk	67,52%
7.	Tidak melakukan aktivitas fisik setiap hari (frekuensi ≥ 3 kali/minggu dengan durasi ≥ 150 menit/minggu)	60,68%
8.	Merokok dalam rumah	42,74%
9.	Penyakit Hipertensi	30,48%
10.	Diabetes Mellitus (Penyakit Gula)	16%

Dari tabel permasalahan diatas dapat dilihat bahwa terdapat 10 masalah teratas yang banyak dialami oleh masyarakat RT 09/ Rw 25 Dusun Wonocatur, diantaranya adalah Tidak menanam tanaman pengusir nyamuk sebesar 100%, memotong makanan tidak menggunakan sarung tangan 99,15 %, Tidak ada alat bantu ketika memindahkan benda berat 98,15 %, Tidak ada tempat penampungan sampah basah (organik) yang tertutup di dalam rumah sebesar 84%, Tidak memakai obat nyamuk untuk menghindari gigitan nyamuk sebesar 67,52%, Tidak melakukan aktivitas fisik setiap hari (frekuensi ≥ 3 kali/minggu dengan durasi ≥ 150 menit/minggu) sebesar 60,68%, Merokok didalam rumah 42,74 %, Penyakit Hipertensi 30,48 % dan Diabetes Mellitus sebesar 16%.

Kemudian dilakukan penentuan prioritas masalah untuk mendapatkan masalah utama yang ada di masyarakat dengan menggunakan teknik USG (*Urgency, Seriousness and Growth*) yaitu dengan melakukan skoring atau memberikan penilaian pada masing-masing permasalahan. Skoring ini dilakukan oleh 4 orang sebagai perwakilan yaitu dosen pembimbing, ketua RT 09 Dusun Wonocatur, kader Puskesmas Banguntapan 3, dan warga biasa. Dan hasil skoring diperoleh prioritas masalah utama tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Skoring Prioritas Masalah Menggunakan Metode USG

No	Kriteria	Bobot	Skor Total				
			Masalah				
			A	B	C	D	E
	Urgency	1 – 5	16	12	13	11	12
	Seriousness		16	13	12	13	12
	Growth		13	15	12	10	10
	Total Skor		45	40	37	34	34
	Ranking		1	2	3	4	5

Keterangan :

- | | |
|---|-------------------------------|
| A : Hipertensi | Bobot :1= Sangat Kecil |
| B : Tidak menanam tanaman pengusir nyamuk | 2= Kecil |
| C : Merokok dalam rumah | 3= Sedang |
| D : Tidak melakukan aktivitas fisik | 4= Besar |
| E : Memotong makanan tidak menggunakan sarung tangan | 5= Sangat Besar |

Penentuan prioritas masalah dilakukan dengan metode USG yaitu dengan memberikan skor penilaian terhadap masing-masing permasalahan menggunakan skala 1-5 yang dilakukan oleh 4 orang sebagai perwakilan. Dari tabel skoring prioritas masalah diatas didapatkan 5 masalah teratas yang ada di RT 09 Dusun Wonocatur, diantaranya Hipertensi, tidak menanam tanaman pengusir nyamuk, merokok dalam rumah, tidak melakukan aktivitas fisik, dan memotong makanan tidak menggunakan sarung tangan. Dari 5 permasalahan tersebut didapatkan prioritas paling utamanya yaitu Hipertensi dengan skor *Urgency* sebesar 16, skor *Seriousness* 16, dan skor *Growth* sebesar 13, didapatkan total skor 45 dan mendapatkan peringkat pertama dari 5 permasalahan tersebut.

Kemudian setelah dilakukan skoring menggunakan metode USG, langkah selanjutnya yaitu dengan memberikan solusi alternatif pemecahan masalah pada 3 prioritas masalah utama. Hasil dari alternatif pemecahan masalah adalah sebagai berikut :

Tabel 3. Hasil Alternatif Pemecahan Masalah

No.	Masalah	Intervensi
1	Penyakit Hipertensi	Melakukan penyuluhan tentang penyakit hipertensi kepada masyarakat RT 09 Dusun Wonocatur. Pemberian Leaflet
2	Tidak menanam tanaman pengusir nyamuk (<i>lavender</i> , <i>zodiac</i> , dll)	Pembuatan Poster jenis tanaman dan fungsi tanaman pengusir nyamuk.
3	Merokok didalam rumah	Pembuatan poster bahaya merokok.

Setelah dilakukan teknik skoring dengan metode USG didapatkan tiga permasalahan utama yaitu Penyakit Hipertensi dengan total score sebanyak 45 sebagai peringkat pertama, Tidak menanam tanaman pengusir nyamuk (*lavender*, *zodiac*, dll) dengan total *score* sebanyak 40 sebagai peringkat kedua, Merokok dalam rumah dengan total score sebanyak 37 sebagai peringkat ketiga. Tidak melakukan aktivitas fisik dengan total score sebanyak 34 sebagai peringkat keempat dan memotong makanan tidak menggunakan sarung tangan dengan total score sebanyak 34 sebagai peringkat kelima. MMD atau Musyawarah Masyarakat Desa dilakukan untuk menentukan prioritas masalah utama yang akan dilakukan untuk intervensi. Musyawarah masyarakat desa dilakukan dengan mengundang tokoh masyarakat, Ketua RT, dan beberapa perwakilan warga.

Pada saat dilakukan MMD kami menawarkan beberapa pilihan intervensi yang akan dilakukan terkait masalah kesehatan yang ada. Masalah kesehatan yang pertama yaitu penyakit hipertensi, kami menyarankan intervensi berupa penyuluhan tentang penyakit hipertensi kepada masyarakat RT 09 Dusun Wonocatur. Masalah kesehatan yang kedua yaitu tidak menanam tanaman pengusir nyamuk (*lavender*, *zodiac*, dll), kami menyarankan intervensi berupa pembuatan poster jenis tanaman dan fungsi tanaman pengusir nyamuk. Masalah kesehatan yang ketiga yaitu merokok didalam rumah, kami menyarankan intervensi berupa pembuatan poster bahaya merokok.

Hasil yang didapatkan dari MMD bersama warga dan tokoh masyarakat yaitu mengenai permasalahan penyakit hipertensi. Intervensi dilakukan berdasarkan dari hasil MMD yaitu mengenai penyakit hipertensi, metode yang dilakukan yaitu dengan penyuluhan kesehatan. Penyuluhan kesehatan penyakit hipertensi dilakukan dengan mengundang salah satu pemateri dari Puskesmas Banguntapan III. Selain itu dilakukan *pre test* dan *post test* untuk mengetahui wawasan warga mengenai hipertensi. *Pre test* dilakukan saat sebelum penyuluhan dimulai dan *post test* dilakukan setelah penyuluhan dilakukan. Hasil yang didapatkan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat RT 09 Wonocatur, terdapat perubahan pengetahuan yang meningkat pada warga saat sebelum dilakukan penyuluhan dan setelah dilakukan penyuluhan.



Gambar 1. *Community Diagnosis*



Gambar 2. Musyawarah Masyarakat Desa (MMD)



Gambar 3. Intervensi Penyuluhan di Balai Pokgiat Dusun Wonocatur



Gambar 4. Media Leaflet

Saat intervensi penyuluhan dilakukan mengundang salah satu pemateri dari Puskesmas Banguntapan III, media *leaflet* digunakan sebagai alternatif pengganti konseling untuk memudahkan masyarakat mendapatkan informasi yang dibutuhkan. Penggunaan media *leaflet* sebagai alternatif agar masyarakat dapat memahami terkait pengobatan dan mengendalikan tekanan darah (Dewanti et al., 2015). Media *leaflet* merupakan salah satu bentuk pemberian edukasi pada masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman terkait penyakit dan pengobatannya. Keuntungan leaflet yaitu dapat disebarluaskan dan disimpan dalam jangka waktu yang lama (Rawi et al., 2019). Sehingga penyakit hipertensi dapat dikendalikan dengan mengubah gaya hidup yaitu dengan menjaga berat

badan, menjaga pola makan, dan meningkatkan aktivitas fisik seperti berolahraga (Suprayitno & Damayanti, 2020). Yulinda & Fitriyah (2018) menyebutkan bahwa ada peningkatan tingkat pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah penyuluhan kesehatan. Penyuluhan kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan kader posyandu tentang pencegahan penyakit tidak menular (pneumonia), Sidiq, R (2018). Menurut Utaminingtyas (2020) bahwa, penyuluhan kesehatan tentang gizi seimbang pada balita yang diberikan kepada ibu efektif dalam meningkatkan pengetahuan.

Manfaat yang dapat diberikan kepada Masyarakat Desa Wonocatur RT 09 dengan penggunaan media *leaflet* dan penyuluhan dengan ceramah yaitu dapat meningkatkan kesadaran masyarakat pentingnya mengubah gaya hidup menjadi lebih baik, kemudian dapat meningkatkan motivasi masyarakat dalam hidup lebih sehat. Manfaat lain adalah menjadi pembelajaran kepada masyarakat pentingnya melakukan pencegahan terhadap penyakit Hipertensi dan dapat menjadi sarana dalam menyampaikan informasi kesehatan terkait penyakit Hipertensi.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan di RT 09/ Rw 25 Dusun Wonocatur, Kelurahan Banguntapan, Kecamatan Banguntapan, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta dapat disimpulkan bahwa mendapatkan penyakit hipertensi yang menjadi masalah utama di masyarakat. Dalam penentuan prioritas masalah menggunakan metode USG (*Urgency, Seriousness and Growth*) dan dalam alternatif pemecahan masalah menggunakan metode skoring didapatkan 3 prioritas masalah utama. Dari prioritas 3 utama masalah tersebut untuk menentukan prioritas utama maka dilakukan Musyawarah Masyarakat Desa (MMD) bersama stakeholder dan perwakilan warga setempat, sehingga didapatkan prioritas utama masalah tersebut adalah penyakit hipertensi. Kegiatan pengabdian dengan melakukan penyuluhan dengan menggunakan media *power point* dan poster mengenai penyakit hipertensi serta melakukan pemeriksaan tekanan darah. Selanjutnya pemberian leaflet mengenai penyakit hipertensi kepada masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Arum, Y. T. G. (2019). Hipertensi pada Penduduk Usia Produktif (15-64 Tahun). *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 1(3), 84–94.
- Dewanti, S. W., Andrajati, R., & Supardi, S. (2015). Pengaruh Konseling dan Leaflet terhadap Efikasi Diri, Kepatuhan Minum Obat, dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Dua Puskesmas Kota Depok. *Jurnal Kefarmasian Indonesia*, 5(1), 33–40. <https://doi.org/10.22435/jki.v5i1.4088.33-40>
- Dinas Kesehatan DIY. (2022). Dinas Kesehatan D.I Yogyakarta tahun 2022. *Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta Tahun 2022*, 76.
- Fatmawati, B. R., Suprayitna, M., & Istianah, I. (2021). Self Efficacy Dan Perilaku Sehat Dalam Modifikasi Gaya Hidup Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram*, 11(1), 1–7. <https://doi.org/10.57267/jisym.v11i1.73>
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kemendrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Kemendes RI. (2021). *No Title Hipertensi Penyebab Utama Penyakit Jantung, Gagal Ginjal, dan Stroke*. Mei 2021.
- Rawi, U., Kumala, S., & Uun, W. (2019). Analisis Efektivitas Pemberian Konseling Dan Leaflet Terhadap Tingkat Kepatuhan Minum Obat Dalam Mengontrol Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Dr. Adjidarmo Kabupaten Lebak. *Jurnal Farmagazine*, 6(1), 9. <https://doi.org/10.47653/farm.v6i1.127>

- Suprayitno, E., & Damayanti, C. N. (2020). Intervensi Supportive Educative Berbasis Caring Meningkatkan Self Care Management Penderita Hipertensi. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 8(3), 460. <https://doi.org/10.20527/dk.v8i3.9067>
- Utamingtyas F. (2020). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita DI Kelurahan Tingkir Lor, Salatiga. *Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, Volume 7/1 pg. 171-184.
- Yulinda A & Fitriyah N (2018), “Efektivitas Penyuluhan Metode Ceramah Dan Audiovisual Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Sadari Di SMKN 5 Surabaya,” *J. Promkes*, Vol. Vol 6.pg. 116-128. <https://doi.org/10.20473/jpk.V6.I2.2018.116-128>
- Zaenurrohman, D. H., & Rachmayanti, R. D. (2017). Relationship Between Knowledge and Hypertension History with Blood Pressure Control in Elderly. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 5(2), 174. <https://doi.org/10.20473/jbe.v5i22017.174-184>