



## Pemberdayaan Masyarakat Deteksi Dini PTM Hipertensi

Chintia Margareta<sup>\*1</sup> dan Sri Rahayu<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Akademi Kebidanan Alifa - Lampung

[chintiamargareta@alifa.ac.id](mailto:chintiamargareta@alifa.ac.id)<sup>1</sup>, [sri.rahayu@alifa.ac.id](mailto:sri.rahayu@alifa.ac.id)<sup>2</sup>

### Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang ditandai dengan tekanan darah yang tinggi. Tekanan darah menjadi faktor yang mempengaruhi kesehatan manusia. Banyak faktor yang menyebabkan tekanan darah menjadi tinggi. Riset ini bertujuan untuk mengetahui tekanan darah masyarakat disekitar Posyandu Kenanga I Kecamatan Marga Sekampung. Jenis penelitian pre-eksperimen *one group test*. Subjek dalam penelitian ini adalah masyarakat di sekitar Posyandu Kenanga I Kecamatan Marga Sekampung dengan Teknik sampling random sampling. Berdasarkan hasil pengecekan tekanan darah yang telah dilakukan di sekitar Posyandu Kenanga I Kecamatan Marga Sekampung didapatkan hasil dari 40 responden. Hasil dari 40 responden yang diukur tekanan darahnya ada 9 orang (22,5%) hipotensi, 16 orang (40%) normal dan 15 orang (37,5%) hipertensi. Jika masyarakat rutin mengecek tekanan darah dapat membantu untuk mengetahui secara dini keadaan tekanan darah yang tidak normal, sehingga dapat mengantisipasi munculnya masalah kesehatan yang lebih buruk. Pemeriksaan kesehatan cek tekanan darah merupakan salah satu cara yang efektif untuk pencegahan penyakit PTM Hipertensi di lingkungan masyarakat.

**Kata Kunci:** Hipertensi, PTM, Tekanan Darah

### Abstract

*Blood Hypertension is a non-communicable disease characterized by high blood pressure. Blood pressure is a factor that affects human health. Many factors cause blood pressure to be high. This research aims to determine the blood pressure of the community around Posyandu Kenanga I, Marga Sekampung District. Type of research pre-experiment one group test. The subjects in this study were people around Posyandu Kenanga I, Marga Sekampung District with random sampling techniques. Based on the results of blood pressure checks that have been carried out around Posyandu Kenanga I Marga Sekampung District, the results of 40 respondents are obtained. The results of 40 respondents who measured their blood pressure were 9 people (22,5%) hypotension, 16 people (40%) normal and 15 people (37,5) hypertension. If the community routinely checks blood pressure, it can help to find out early the state of abnormal blood pressure, so that it can anticipate the emergence of worse health Problems. Health checks blood pressure check is one of the effective ways to prevent NCD Hypertension in the community.*

**Keywords:** Hypertension, NCD, Blood Pressure

### Pendahuluan

Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi adalah faktor resiko utama terjadinya penyakit kardiovaskular, gagal jantung, stroke dan gagal ginjal.



Hipertensi menimbulkan resiko mortalitas dini yang meningkat saat tekanan sistolik dan diastolik meningkat, peningkatan tekanan darah yang berkepanjangan merusak pembuluh darah di organ jantung, ginjal, otak dan mata. Hipertensi termasuk masalah yang besar dan serius karena sering tidak terdeteksi meskipun sudah bertahun-tahun.

Angka kejadian hipertensi di dunia pada tahun 2019 diperkirakan sebanyak 1,13 miliar orang menderita hipertensi di seluruh dunia, dimana sebagian besar masyarakat tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Sedangkan untuk wilayah Provinsi Lampung prevalensi hipertensi menempati urutan ke 7 di Indonesia dengan jumlah penderita sebanyak 20,484.

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri. Keadaan tersebut mengakibatkan jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah keseluruh tubuh melalui pembuluh darah. Penyakit hipertensi dijuluki sebagai *silent killer* atau pembunuh diam-diam dapat menyerang siapa saja serta tidak memiliki tanda spesifik. Marga Sekampung merupakan lokasi dalam pengabdian masyarakat ini, di lingkungan Posyandu Kenanga I memiliki beberapa Kepala Keluarga yang dimana kasus hipertensi masih menjadi tantangan. Berdasarkan latar belakang tersebut kami tertarik untuk melaksanakan pengabdian kepada masyarakat di Posyandu Kenanga I Marga Sekampung dalam bentuk Pemeriksaan Kesehatan Tekanan Darah.

### **Metode Pelaksanaan**

Kegiatan pengabdian dilakukan bersamaan dengan Posyandu Kenanga 1, masyarakat hadir dan dilakukan pemeriksaan tekanan darah Pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter yang sudah dikalibrasi. Pelaksanaan pengabdian dilakukan di sekitar Posyandu Kenanga I Kecamatan Marga Sekampung. Masyarakat yang terlibat dalam kegiatan pengabdian ini merupakan ibu-ibu, bapak-bapak dan remaja berjumlah 40 orang. Kegiatan pengabdian terdiri dari tahapan persiapan, tahapan pelaksanaan dan monitoring evaluasi. Tahap persiapan berupa pertemuan dengan instansi tempat dilakukannya kegiatan pengabdian masyarakat yaitu pertemuan dengan kader posyandu, menetapkan tempat dan jadwal kegiatan hingga melakukan persiapan pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan. Tahapan pelaksanaan yaitu pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yaitu pengukuran tekanan darah.

## Hasil dan Pembahasan

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Hasil Pengukuran Tekanan Darah Responden**

Tekanan Darah	F	%
Hipotensi	9	22,5
Normal	16	40
Hipertensi	15	37,5
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100</b>

Pembahasan pada tabel 1 Berdasarkan hasil pengecekan tekanan darah yang telah dilakukan di sekitar Posyandu Kenanga I Kecamatan Marga Sekampung didapatkan hasil dari 40 responden. Hasil dari 40 responden yang diukur tekanan darahnya ada 9 orang (22,5%) hipotensi, 16 orang (40%) normal dan 15 orang (37,5%) hipertensi. Di wilayah ini terdapat 37,5% masyarakat yang terdeteksi mengalami tekanan darah tinggi, hal ini harus diwaspadai untuk menjaga kesehatan masyarakat agar tidak terjadi masalah yang lebih buruk. Diharapkan masyarakat dapat rutin melakukan pengecekan tekanan darah untuk mendeteksi dan mencegah gangguan kesehatan yang lebih besar lagi dan juga dapat membantu dalam memberikan pengobatan yang tepat.

Berikut hasil dokumentasi dari kegiatan pengecekan tekanan darah”



**Gambar 1. Cek tekanan darah di Posyandu Kenanga I**

## Simpulan

Program pemeriksaan kesehatan tekanan darah secara rutin merupakan metode yang efektif untuk meningkatkan kesadaran dan pencegahan terhadap penyakit hipertensi di masyarakat. Melalui kolaborasi antara pemerintah, lembaga kesehatan, dan komunitas, program ini memberikan akses yang lebih mudah bagi masyarakat untuk



memantau tekanan darah mereka secara rutin. Hal ini dapat mengarah pada perubahan perilaku yang lebih baik dan peningkatan kesehatan secara keseluruhan di masyarakat. Kesimpulannya, melalui program pemeriksaan kesehatan ini masyarakat dapat bergotong royong membangun kesehatan yang lebih baik.

### **Daftar Pustaka**

- Alifariki, L.O., dkk. (2019). *Epidemiologi Hipertensi (sebuah Tinjauan Berbasis Riset)*. Yogyakarta : LeutikaPrio.
- Anugraheni, M. L. (2017). Pengaruh Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi Yang Mendapatkan Senam Lansia di Wilayah Kerja Purwosari (*Doctoral Dissertation, UMS*)
- Brunner & Suddarth. (2020). *Keperawatan Medikal-Bedah Edisi 12*. Alih bahasa Yulianti, D & Kimin, A. Jakarta : EGC.
- Maulidina, F., Hrmini, N., & Suraya, I. (2019). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jatiluhur Bekasi Tahun 2018. *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)*, 4 (1), 149-155.
- Sari, Y N I. (2017). *Berdamai dengan Hipertensi*. Jakarta : Bumi Medika.