

## Peningkatan Upaya Pencegahan Penyakit Hipertensi melalui Pemberdayaan Kader Kesehatan di Desa Karangdawa, Kecamatan Warungpring, Kabupaten Pemalang

Nissa Kusariana<sup>1</sup>, Wenta Chris Omega Manik<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Bagian Epidemiologi dan Penyakit Tropik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro, Semarang

<sup>2</sup>Bagian Kesehatan dan Keselamatan Kerja Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro, Semarang

<sup>1</sup>nissakusariana@gmail.com

<sup>2</sup>manikwenta31@gmail.com

*Abstrak* — Hipertensi atau penyakit darah tinggi merupakan penyakit tidak menular yang banyak menyerang masyarakat. Desa Karangdawa, Kecamatan Warungpring, Kabupaten Pemalang merupakan salah satu desa yang memiliki kasus Penyakit Tidak Menular (PTM) yang tinggi. Tingginya kasus penyakit Hipertensi di masyarakat dan kurangnya kesadaran masyarakat dalam upaya pencegahan penyakit Hipertensi. Selain itu juga kurangnya pengetahuan tentang pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang ada disekitar wilayah Desa Karangdawa. Kegiatan ini bertujuan untuk melakukan pemberdayaan kader melalui Komunikasi, Informasi dan Edukasi kepada kelompok kader kesehatan dan kelompok PKK, mengoptimalkan kader kesehatan setempat untuk mendampingi dalam pencegahan Hipertensi, dan menyediakan media KIE berupa booklet. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini dengan melakukan ceramah, diskusi terkait upaya pencegahan Hipertensi, dan juga melakukan pemeriksaan tekanan darah kepada masyarakat. Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah ditemukan bahwa sebagian besar peserta mempunyai tekanan darah tinggi. Kader dan masyarakat menyadari bahwa pola makan dan aktifitas fisik sangat berpengaruh terhadap kasus penyakit hipertensi di Desa Karangdawa. Peserta antusias dengan program edukasi dan pemberdayaan masyarakat. Banyak peserta yang sharing pengalaman terkait pengalaman peserta yang mengalami gejala hipertensi. Selain itu banyak diskusi juga terkait bahan makanan dan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang pernah dikonsumsi oleh masyarakat yang berkaitan dengan upaya pencegahan hipertensi.

*Kata kunci* — kabupaten pemalang, kader, pencegahan hipertensi

### I. PENDAHULUAN

Hipertensi atau penyakit darah tinggi merupakan penyakit tidak menular yang banyak menyerang masyarakat. Penyakit ini merupakan penyakit yang dapat memicu meningkatnya risiko komplikasi kerusakan otak, jantung dan ginjal.[1] Berdasarkan data WHO diketahui bahwa sebanyak 1.13 miliar penduduk di dunia terkena hipertensi.[2], [3] Hasil Riskesdas menunjukkan bahwa lebih dari 63 juta penduduk Indonesia mengidap hipertensi dan sebanyak 23.7% kematian di Indonesia pada tahun 2016 disebabkan oleh penyakit hipertensi.[1], [4]

Proporsi kasus hipertensi pada tahun 2018 di Jawa Tengah sangat tinggi. Tercatat sebanyak 57.1% kasus baru hipertensi di Jawa Tengah terjadi pada tahun 2018. Berdasarkan data di Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah diketahui bahwa Kabupaten Pemalang merupakan salah satu wilayah yang terjadi peningkatan kasus hipertensi yang cukup banyak. Sebanyak 71.025 kasus baru

tercatat di Kabupaten Pemalang selama tahun 2018. [1], [5]

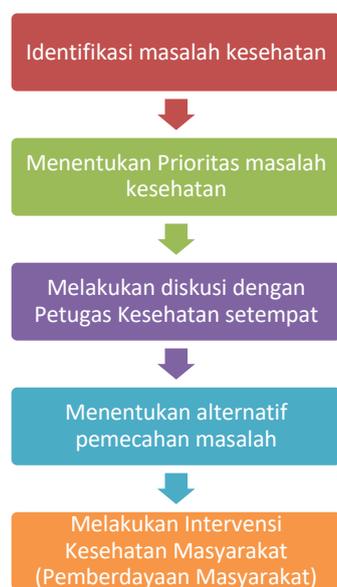
Desa Karangdawa, Kecamatan Warungpring, Kabupaten Pemalang merupakan salah satu desa yang memiliki kasus Penyakit Tidak Menular (PTM) yang tinggi. Dari hasil analisis masalah di wilayah Desa Karangdawa, Kecamatan Warungpring, Kabupaten Pemalang ditemukan bahwa tingginya kasus penyakit Hipertensi di masyarakat dan kurangnya kesadaran masyarakat dalam upaya pencegahan penyakit Hipertensi. Selain itu juga kurangnya pengetahuan tentang pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang ada disekitar wilayah Desa Karangdawa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan pemberian pelatihan dan edukasi kepada kelompok kader masyarakat dapat meningkatkan tingkat pengetahuan masyarakat terhadap pencegahan penyakit.[6]–[8] Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka kegiatan ini bertujuan untuk melakukan pemberdayaan kader melalui Komunikasi, Informasi dan Edukasi

kepada kelompok kader kesehatan dan kelompok PKK, mengoptimalkan kader kesehatan setempat untuk mendampingi dalam pencegahan Hipertensi, dan menyediakan media KIE berupa booklet.

## II. METODE KEGIATAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini dengan melakukan ceramah, diskusi terkait upaya pencegahan Hipertensi, dan juga melakukan pemeriksaan tekanan darah kepada masyarakat. Media edukasi yang digunakan berupa booklet yang dibagikan kepada peserta kegiatan dan banner kepada Puskesmas Warungpring.

Kegiatan ini dilakukan untuk memecahkan permasalahan Kesehatan yang terjadi di Desa Karangdawa, Kecamatan Warungpring, Kabupaten Pemalang. Adapun Langkah-langkah dalam pemecahan masalah adalah sebagai berikut



Gbr. 1 Metode Kegiatan

Berdasarkan Gbr 1 kegiatan ini dimulai dengan identifikasi masalah Kesehatan yang ada di Desa Karangdawa, Kecamatan Warungpring, Kabupaten Pemalang dengan mencari data sekunder di Puskesmas Warungpring dan juga data dari Kecamatan Warungpring. Tahap selanjutnya menentukan prioritas masalah Kesehatan di wilayah Desa Karangdawa dengan melibatkan peran petugas Kesehatan setempat melalui diskusi mendalam. Kemudian menentukan alternatif pemecahan masalah berdasarkan berbagai study literatur yang disesuaikan dengan kondisi masyarakat setempat. Tahap akhir dari kegiatan ini yaitu melakukan intervensi Kesehatan masyarakat berupa kegiatan pemberdayaan kader Kesehatan dan masyarakat

Desa Karangdawa, Kecamatan Warungpring, Kabupaten Pemalang.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Masalah Kesehatan

Kegiatan Pengabdian Masyarakat berlangsung dengan sangat antusias. Kegiatan dilaksanakan di Balai Desa Karangdawa, Kecamatan Warungpring, Kabupaten Pemalang pukul 09.00 WIB dan selesai pukul 12.00 WIB. Sebanyak 30 peserta hadir pada kegiatan ini, dari 30 orang yang diundang oleh Tim Pengabdian.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Peserta berdasarkan Jenis Kelamin

| Jenis Kelamin | N  | %    |
|---------------|----|------|
| Laki-laki     | 5  | 16.7 |
| Perempuan     | 25 | 83.3 |
|               | 30 | 100  |

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Peserta berdasarkan Kejadian Hipertensi

| Kejadian Hipertensi  | N  | %    |
|----------------------|----|------|
| Normal               | 8  | 26.7 |
| Pra-Hipertensi       | 11 | 36.7 |
| Hipertensi tingkat 1 | 5  | 16.6 |
| Hipertensi tingkat 2 | 6  | 20.0 |
|                      | 30 | 100  |

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa Sebagian peserta yang mengikuti kegiatan ini adalah perempuan (83.3%). Berdasarkan data hasil pengukuran tekanan darah pada table 2 diketahui bahwa sebagian besar peserta berada di kategori Pra-Hipertensi (36.7%) dan juga terdapat peserta yang mengalami Hipertensi tingkat 2 (20%).

Dari hasil pencarian data sekunder diketahui bahwa tingginya kasus Penyakit Tidak Menular (PTM) di Desa Karangdawa, salah satu penyakit PTM yang mempunyai jumlah kasus tertinggi yaitu Hipertensi.



Gbr. 1 Pemeriksaan Tekanan Darah

Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah ditemukan bahwa sebagian besar peserta mempunyai tekanan darah tinggi. Kader dan masyarakat menyadari bahwa pola makan dan aktifitas fisik sangat berpengaruh terhadap kasus penyakit hipertensi di Desa Karangdawa, Kecamatan Warungpring, Kabupaten Pemalang. Selain itu juga kesadaran masyarakat untuk melakukan deteksi dini Hipertensi masih rendah dan juga kesadaran untuk memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan setempat juga rendah. Hal ini sangat berpengaruh terhadap peningkatan kasus hipertensi di Desa Karangdawa dan juga berpengaruh terhadap upaya pencegahan komplikasi penyakit akibat Hipertensi.

#### B. Program Pemberdayaan Kader

Pada kegiatan ini disampaikan tentang pentingnya peran keluarga dalam pencegahan penyakit Hipertensi dan juga berbagai jenis Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang dapat dimanfaatkan dalam upaya pencegahan Hipertensi.



Gbr. 2 Edukasi kepada Kader Kesehatan dan kelompok PKK

Peserta antusias dengan program edukasi dan pemberdayaan masyarakat. Banyak peserta yang sharing pengalaman terkait pengalaman peserta yang mengalami gejala hipertensi. Selain itu banyak diskusi juga terkait bahan makanan dan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) yang pernah dikonsumsi oleh masyarakat yang berkaitan dengan upaya pencegahan hipertensi. Masyarakat sangat antusias ketika diberikan penjelasan tentang pemanfaatan TOGA untuk pencegahan Hipertensi, hal ini terlihat dari diskusi yang sangat aktif saat materi tersebut disampaikan.

#### C. Media Komunikasi, Informasi dan Edukasi untuk Kader dan Masyarakat

Pada kegiatan ini media yang digunakan sebagai media Komunikasi, Informasi dan

Edukasi (KIE) kepada kader Kesehatan yaitu Booklet yang berjudul “Cegah Hipertensi melalui TOGA dan Dukungan Keluarga”. Media ini dibuat menarik dan menggunakan Bahasa yang mudah dipahami oleh kader. Dari hasil kegiatan ini terlihat bahwa kader memahami isi dan materi yang disajikan dalam Booklet tersebut.



Gbr. 3 Media Informasi KIE

#### D. Media Informasi untuk Pelayanan Kesehatan

Media informasi berupa Banner juga diberikan kepada Fasilitas Pelayanan Kesehatan dan Posyandu di Kecamatan Warungpring. Puskesmas Warungpring merupakan fasilitas pelayanan kesehatan yang membutuhkan media informasi terkait penyakit Hipertensi. Tujuan pemberian media ini agar masyarakat di Kecamatan Warungpring yang memanfaatkan layanan Puskesmas Warungpring bisa memperoleh pengetahuan melalui media yang dipasang di Puskesmas. Selain Puskesmas Warungpring, media informasi ini juga dipasang di Posyandu di wilayah Kecamatan Warungpring. Terdapat 3 Posyandu yang diberi media informasi pencegahan penyakit Hipertensi ini, antara lain Posyandu Desa Warungpring, Posyandu Desa Mereng dan Posyandu Karangdawa.



Gbr. 4 Banner “Pencegahan Hipertensi” sebagai Media Informasi



Gbr. 5 Penyerahan Banner kepada Puskesmas Warungpring

#### IV. PENUTUP

##### A. Kesimpulan

Kegiatan pemberdayaan masyarakat dan kader kesehatan di Desa Karangdawa, Kecamatan Warungpring, Kabupaten Pemalang merupakan suatu kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam upaya peningkatan pencegahan penyakit tidak menular (PTM) khususnya penyakit hipertensi.

Kegiatan ini juga dapat memberikan pemahaman terkait Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk pencegahan hipertensi sehingga masyarakat bisa memanfaatkan bahan-bahan yang mudah diperoleh di lingkungan sekitar Desa Karangdawa.

##### B. Saran

Diperlukan adanya keberlanjutan program untuk mendukung dan mengembangkan program

ini, melalui kerjasama yang konsisten dengan berbagai pihak terkait.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada perangkat Desa Karangdawa, Kecamatan Warungpring, Kabupaten Pemalang dan Puskesmas Warungpring yang telah kooperatif dan berpartisipasi aktif selama proses kegiatan ini. Selain itu juga kepada LPPM, UNDIP yang telah memberikan kesempatan kepada tim pengabdian untuk bisa berkontribusi dalam pengabdian ini.

#### REFERENSI

- [1] Kemenkes.RI, “Pusdatin Hipertensi,” Infodatin, no. Hipertensi, pp. 1–7, 2014.
- [2] WHO, “Hypertension,” 2019.
- [3] W. H. Hypertension and M. E. N. H. Hypertension, “Hypertension: Act Now,” Who, pp. 1–2, 2018.
- [4] P2PTM Kemenkes RI, “Hari Hipertensi Dunia 2019: ‘Know Your Number, Kendalikan Tekanan Darahmu dengan CERDIK.,’” Jakarta, 17-May-2019.
- [5] Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, “Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2018,” Semarang, 2018.
- [6] Y. T. G. Arum, “Hipertensi pada Penduduk Usia Produktif (15-64 Tahun),” HIGEIA (Journal Public Heal. Res. Dev., vol. 3, no. 3, pp. 345–356, 2019.
- [7] A. Andrianto, M. Ardiana, M. Aditya, S. J. Sitorus, D. A. Rachmi, and I. Septianda, “Interactive Training and Education Improves Basic Hypertension Knowledge of Woman Cadres in Surabaya,” vol. 8, pp. 313–317, 2020.
- [8] R. S. Firmansyah, M. Lukman, and C. W. Mambangari, “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Dukungan Keluarga dalam Pencegahan Primer Hipertensi,” J. Keperawatan Padjadjaran, vol. 5, no. 2, pp. 197–213, 1970.