

PENINGKATAN PENGETAHUAN DALAM UPAYA PENURUNAN KASUS HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KRESEK

Inezia Permata^{1*}, Vania², Intan Fredika Bahari³, Moh. Niko F Yakin⁴, Clement Drew⁵

Profesi Kedokteran, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Indonesia^{1,2,3,4}

Prodi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Indonesia⁵

*Corresponding Author : clementdrew10@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan keadaan tekanan darah sistolik dan diastolik ≥ 140 dan/atau ≥ 90 mmHg. WHO 2021 melaporkan penderita hipertensi dunia meningkat dua kali lipat; 1,3 miliar orang dunia mengalami hipertensi. Di Asia Tenggara hipertensi mencapai 36%. Riskesdas Nasional 2018 menyatakan hipertensi di Indonesia meningkat menjadi 34,11% dan prevalensi hipertensi Provinsi Banten mencapai 29,47%. Kabupaten Tangerang salah satu yang memiliki kasus hipertensi tertinggi tahun 2018. Di Puskesmas Kresek bulan Agustus-Oktober 2023 terdapat 3,991 kunjungan, salah satunya Desa Pasir Ampo. Hasil *Mini survey* menunjukkan pengetahuan hipertensi pada masyarakat masih kurang. Kegiatan dilakukan untuk mengetahui masalah yang menyebabkan menetapnya kasus hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kresek. Pendekatan metode diagnosis komunitas menggunakan Paradigma Blum, dilakukan pengumpulan data melalui *mini survey*. Prioritas masalah ditentukan dengan teknik *non-scoring Delphi*. Akar penyebab masalah ditentukan dengan *fishbone diagram*. Data hasil intervensi menggunakan kuisioner *pre-test* dan *post-test*. Pemantauan dilakukan *Plan-do-check-action* (PDCA) cycle, dan pendekatan sistem. Hasil skrining hipertensi didapatkan 18 orang peserta terdiagnosis hipertensi dari 40 orang peserta. Hasil penyuluhan didapatkan 32 (80%) peserta mendapat nilai *post-test* > 70 dan 40 peserta dengan perwakilan 1 peserta dapat melakukan gerakan senam antihipertensi. Pendekatan diagnosis komunitas mampu meningkatkan kesadaran masyarakat, sehingga diharapkan dapat membantu menurunkan jumlah kasus baru hipertensi di Puskesmas Kresek.

Kata kunci : diagnosis komunitas, diagram *fishbone* , hipertensi, paradigma blum

ABSTRACT

Hypertension is systolic, diastolic blood pressure ≥ 140 and/or ≥ 90 mmHg. WHO 2021 reported World hypertension sufferers have doubled where around 1.3 billion people worldwide suffer from hypertension. In Southeast Asia reaches 36%. National Riskesdas 2018 reported Indonesia increased to 34.11% and Banten Province reached 29.47%. In 2018 Tangerang district has highest number of hypertension cases. At Kresek Community Health Center around August-October 2023 there are 3,991 visits. One of them is Pasir Ampo Village. The result of mini survey is the lack of the community knowledge about hypertension. the aim was to find out the problems cause persistence hypertension cases in working area of Kresek Community Health Center. Community diagnosis method approach was done using Blum's paradigm and data collection from mini surveys. The problem prioritization was determined by Delphi non-scoring technique. The root of problem was determined by fishbone diagram. Data intervention results used pre-test, post-test questionnaires. Monitoring used PDCA cycle, systems approach. The Screening result showed that; 18 participants were diagnosed hypertension of 40 participants. Outreach results showed that 32 (80%) had post-test scores > 70 , 40 with 1 representative participant were able to perform antihypertensive exercise. Community diagnosis approach is able to increase public awareness, so it's hoped can help reduce number of new cases of hypertension at Kresek Community Health Center.

Keywords : blum paradigm, community diagnosis, fishbone diagram, hypertension

PENDAHULUAN

Diagnosis komunitas merupakan kegiatan untuk mengidentifikasi suatu permasalahan kesehatan di lingkungan masyarakat melalui informasi langsung dan merupakan suatu upaya

terencana yang mencakup aspek solusi alternatif suatu masalah kesehatan dalam tingkat keluarga dan bertindak sebagai objek utama komunitas masyarakat. (Musfirah & Anjar Setyani, 2022). Diagnosis komunitas bertujuan untuk mengenali permasalahan kesehatan yang ada di dalam suatu komunitas untuk membantu serta mengarahkan suatu perbaikan dalam komunitas. (Herqutanto & Werdhani Asti Retno, 2014).

Hipertensi merupakan suatu kondisi terjadinya peningkatan tekanan darah diatas normal yang disebabkan oleh berbagai macam faktor. Hipertensi dibagi menjadi dua jenis, yaitu hipertensi primer dan sekunder. Hipertensi primer sebagian besar tidak diketahui penyebabnya namun dapat disebabkan oleh interaksi antara faktor genetik, proses penuaan dan faktor lingkungan. Hipertensi sekunder sebagian besar penyebabnya dapat ditentukan dan disebabkan oleh kelainan pembuluh darah, gangguan kelenjar tiroid dan gangguan kelenjar adrenal. Hipertensi termasuk kedalam Penyakit Tidak Menular (PTM) yang menjadi salah satu masalah kesehatan serius, hipertensi dijuluki sebagai “*Silent Killer*” karena gejalanya yang sulit dikenali bahkan sering tidak menunjukkan gejala dan tanpa adanya keluhan yang muncul. (Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia, 2023).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) sampai tahun 2021 jumlah penderita hipertensi di dunia meningkat dua kali lipat sekitar 1,3 miliar orang di dunia mengalami hipertensi. Rata-rata pada usia 30-79 tahun. Prevalensi pada negara dengan berpendapatan tinggi mencapai 32% dan pada negara dengan pendapatan rendah mencapai 34%. Di Asia Tenggara angka kejadian hipertensi mencapai 36%. (World Health organization, 2023). Menurut hasil laporan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional tahun 2018 Terdapat 658.201 jiwa warga Indonesia yang mengalami dan terdiagnosis hipertensi pada dewasa mencapai angka 8,36 %. Prevalensi penyakit hipertensi di Provinsi Banten mencapai 29,47 %. Kabupaten Tangerang menjadi salah satu Kota atau Kabupaten dengan jumlah kasus hipertensi tertinggi pada tahun 2018. Puskesmas Kresek merupakan salah satu wilayah yang ada di Kabupaten Tangerang dengan jumlah kasus hipertensi yang cenderung menetap pada bulan Agustus hingga Oktober 2023. (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan data Puskesmas Kresek pada bulan Agustus hingga Oktober 2023 terdapat sebanyak 3,991 kunjungan. Berdasarkan dari data tersebut maka perlu dilakukan diagnosis komunitas untuk dapat mengidentifikasi dan mengetahui lebih lanjut faktor penyebab cenderung menetapnya jumlah kasus hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kresek. Oleh karena itu, pemilihan topik kasus hipertensi sebagai fokus utama dalam diagnosis komunitas yang bertujuan agar dapat dilakukan intervensi untuk membantu menurunkan angka kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kresek, Kabupaten Tangerang.

METODE

Penelitian dilakukan di Desa Pasir Ampo yang menjadi salah satu wilayah kerja Puskesmas Kresek, Kabupaten Tangerang, Banten. Dalam penelitian ini, pendekatan identifikasi masalah menggunakan paradigm Blum. Penentuan prioritas masalah menggunakan teknik *non-skoring Delphi* dan dilakukan diskusi dengan melibatkan kepala puskesmas Kresek, dokter umum, perawat dan staf di Puskesmas Kresek. Berdasarkan dari hasil diskusi yang di dapat, faktor *lifestyle* pada paradigm Blum menjadi prioritas utama masalah karena masih sangat kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai Hipertensi, penyebab, gejala, lama pengobatan, serta komplikasi jangka panjang dari Hipertensi. Intervensi yang dapat dilakukan pertama adalah dengan cara memberikan penyuluhan mengenai hipertensi kepada masyarakat agar dapat membantu meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku sehingga mampu membantu menurunkan jumlah kasus hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kresek. Selain itu, intervensi yang dilakukan adalah mengajarkan masyarakat senam hipertensi agar masyarakat mengetahui pentingnya olahraga dalam menurunkan risiko terjadinya hipertensi.

Dalam mengidentifikasi akar penyebab masalah penulis memilih untuk menggunakan *Fishbone diagram* untuk memahami hal yang menjadi faktor terhadap masalah kualitas pelayanan dan memperbaiki faktor tersebut.

HASIL

Kegiatan diagnosis komunitas dilaksanakan pada tanggal 10 Januari 2024 dan melibatkan 40 peserta. Seluruh peserta mengikuti kegiatan dimulai dari skrining hipertensi, *pre-test*, penyuluhan, *post-test*, dan melakukan senam anti-hipertensi. Hasil skrining hipertensi menunjukkan 18 peserta terdiagnosis hipertensi dari 40 peserta. Pada hasil nilai *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan mengenai pengetahuan peserta setelah mengikuti penyuluhan dimana sebanyak 13 orang (32.5%) mendapat nilai ≥ 70 pada *pre-test* sedangkan pada *post-test* terdapat sebanyak 32 orang (80%) mendapat nilai ≥ 70 .

Tabel 1. Karakteristik Peserta dan Hasil nilai Pretest dan Post-test

Variabel	Proporsi (%) N: 40	Mean (Min-Max)
Jenis Kelamin		
Perempuan	27 (67.5)	
Laki-laki	13 (32.5)	
Usia (tahun)		47 (22-71)
Pendidikan Terakhir		
Tidak Sekolah	12 (30)	
SD	12 (30)	
SMP	10 (25)	
SMA	2 (5)	
Perguruan Tinggi	0 (0)	
Riwayat Hipertensi sebelumnya	24 (60)	
Merokok	16 (40)	
Pre-test		
≥ 70	13 (32.5)	
< 70	27 (67.5)	
Post-test		
≥ 70	32 (80)	
< 70	8 (20)	

Tabel 2. Hasil Skrining Hipertensi Pengukuran Tekanan Darah

Variabel	Proporsi (%) N: 40	Mean	Median (Min – Max)
Tekanan darah (Sistolik)			
< 120	5 (12.5)	100	100 (< 100)
120-139	16 (40)	127	130 (120-139)
≥ 140	19 (47.5)	155	150 (140- 210)
Tekanan darah (Diastolik)			
< 80	4(10)	70	70 (< 70)
80-89	9(22.5)	80	80 (80-89)
≥ 90	27 (67.5)	96	90 (90 – 120)
Hipertensi			
Ya	18 (45)		
Tidak	22 (55)		

PEMBAHASAN

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular, sampai saat ini masih menjadi masalah kesehatan di seluruh dunia. Tekanan darah hipertensi meningkat secara bertahap dengan bertambahnya usia, yang merupakan salah satu penyakit degeneratif. Karena pasien hipertensi mungkin tidak menyadari penyakitnya sebelum melakukan pemeriksaan tekanan darah, hipertensi dikenal sebagai pembunuh diam atau *silent killer*. (Istichomah, 2020).

Menurut *Joint National Committee on Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure VIII*, hipertensi didefinisikan sebagai kondisi di mana pembuluh darah mengalami tekanan darah tinggi, yaitu tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg atau tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg yang ditetapkan dua kali selama lima menit dengan istirahat yang cukup. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021b)

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa dua pertiga orang yang menderita hipertensi tinggal di negara-negara yang ekonominya sedang berkembang. Hipertensi menyebabkan penyakit jantung dan stroke pada orang muda di negara-negara ini. Sebagian besar penderita hipertensi tidak tahu mereka menderita hipertensi. Data WHO tahun 2015 menunjukkan bahwa 1,13 miliar orang di seluruh dunia mengalami hipertensi, atau 1 dari 3 orang yang didiagnosa. Jumlah ini meningkat pesat, dengan perkiraan bahwa pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan 9,4 juta orang meninggal setiap tahun karena komplikasi hipertensi dan hipertensi. (World of Organization, 2023)

Kegiatan penyuluhan menunjukkan seberapa penting tenaga kesehatan dalam memberikan berbagai informasi mengenai hipertensi mulai dari pengertian, klasifikasi hipertensi, tanda dan gejala, faktor pencetus, dan pengobatan kepada masyarakat. Hal ini akan berdampak pada pengetahuan masyarakat dan diharapkan masyarakat mampu mencegah dan penyakit hipertensi dan mengurangi angka kejadian hipertensi. Penyuluhan yang dilakukan di Pasir Ampo menunjukkan adanya peningkatan yang cukup signifikan pada hasil *post-test* masyarakat yang mengikuti penyuluhan sebanyak 47.5% point. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Finda Istiqomah dkk, menyatakan jumlah responden dengan tingkat pengetahuan baik mengalami peningkatan sebesar 3.5 kali sedangkan responden dengan kategori kurang mengalami penurunan sebesar 1/3. (Istiqomah, F et al., 2022). Hal yang sama didapatkan pada penelitian yang dilakukan oleh Ramadhan, dimana didapatkan hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan pengendalian tekanan darah dengan *p value* < 0,05. (Ramadhan, M. D, 2020). Pengetahuan yang baik mengenai hipertensi dapat menjadikan penderita berperilaku yang benar dan menghindari kebiasaan yang salah. Masyarakat yang menyadari bahwa dirinya menderita hipertensi dan tidak mematuhi pengobatan yang diberikan kemungkinan besar mengalami komplikasi. (Dewi, E. U et al., 2017). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Elfina dkk yang menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang pencegahan hipertensi dengan hipertensi, diketahui bahwa penderita hipertensi yang memiliki pengetahuan yang kurang hampir sebagian memiliki perilaku pencegahan yang kurang baik dibandingkan yang memiliki pengetahuan baik. (Yulindari et al., 2023).

Pencegahan hipertensi dapat dilakukan dengan cara melakukan perilaku hidup sehat seperti mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang yang memenuhi kebutuhan nutrisi, istirahat yang cukup, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol karena dapat meningkatkan risiko hipertensi. Selain itu dilakukannya olahraga dengan rutin setiap minggunya dapat mengurangi risiko hipertensi. Senam hipertensi merupakan salah satu metode untuk menjaga kebugaran tubuh dengan merangsang aktivitas kerja jantung agar menghasilkan perubahan positif dalam tubuh individu yang melakukannya. Kegiatan seperti senam hipertensi dapat optimal dalam mendorong fungsi jantung, meningkatkan kebutuhan energi oleh sel, jaringan, dan organ tubuh. Dampaknya mencakup peningkatan aliran balik vena, volume sekuncup yang

meningkat, curah jantung yang meningkat, dan peningkatan tekanan darah arteri. Adanya peningkatan tekanan darah ini menghasilkan efek yang dapat menurunkan aktivitas pernafasan dan otot rangka, mengurangi aktivitas saraf simpatis, mengurangi kecepatan denyut jantung, dan mengakibatkan penurunan tekanan darah. Ini merupakan langkah preventif yang bertujuan untuk meningkatkan jumlah interaksi oksigen yang diolah tubuh dalam waktu tertentu. (Monika, 2021).

Dalam rangka kegiatan diagnosis komunitas ini, penulis melakukan intervensi mengajarkan senam hipertensi pada masyarakat yang mengikuti kegiatan. Didapatkan perwakilan 1 peserta dapat melakukan gerakan senam antihipertensi dan mencontohkan gerakannya kepada masyarakat lain dengan harapan peserta dapat melakukan senam hipertensi setiap hari di rumahnya untuk mengurangi tekanan darah pasien. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Totok Hernawan, dkk menyatakan tekanan darah pada responden setelah pemberian intervensi senam hipertensi sebagian normal dimana sebelum intervensi dilakukan tekanan darah responden adalah pre-hipertensi sehingga senam hipertensi cukup berpengaruh dalam penurunan tekanan darah. (Hernawan, T et al., 2017). Manfaat olahraga teratur dapat menurunkan tekanan darah, mengurangi risiko stroke, serangan jantung, dan penyakit pembuluh darah lainnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian ini dapat diketahui bahwa kasus hipertensi masih menjadi salah satu penyakit tidak menular yang menjadi kasus tertinggi di desa Pasir Ampo di wilayah kerja Puskesmas Kresek. Berdasarkan identifikasi masalah dengan paradig Blum didapatkan faktor *lifestyle* menjadi piroritas utama masalah yang terjadi karena masih sangat kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi penyebab, gejala, lama pengobatan, serta komplikasi jangka Panjang dari Hipertensi. Sehingga intervensi yang dilakukan dalam penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi dan masyarakat dapat melakukan senam hipertensi dengan baik agar dapat dilakukan setiap hari.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih pada semua pihak yang telah bekerjasama dalam menyelesaikan penelitian, semoga hasil penelitian ini mendatangkan banyak manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, E. U., Bakri, M. H., & Dari, Y. (2017). Hubungan antara pengetahuan dan gaya hidup dengan hipertensi di Puskesmas Depok 2 Condong Catur Depok Sleman. *Journal Of Health (JoH)*, 4, 100-106.
- Herqutanto, & Werdhani Asti Retno. (2014). *Buku Keterampilan Klinis Ilmu KeDokteran Komunitas* (Vol. 1). Departemen Ilmu KeDokteran Komunitas FKUI.
- Hernawan, T., & Rosyid, F. N. (2017). Pengaruh senam hipertensi lansia terhadap penurunan tekanan darah lansia dengan hipertensi di panti wreda Darma Bhakti Kelurahan Pajang Surakarta. *Jurnal kesehatan*, 10(1), 26-31.
- Istiqomah, F., Tawakal, A. I., Haliman, C. D., & Atmaka, D. R. (2022). Pengaruh Pemberian Edukasi Terhadap Pengetahuan Hipertensi Peserta Prolanis Perempuan Di Puskesmas Brambang, Kabupaten Jombang. *Media Gizi Kesmas*, 11(1), 159-165.
- Monika, R. (2021). PENGARUH SENAM HIPERTENSI TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA: THE EFFECT OF EXERCISE FOR HYPERTENSION ON BLOOD

- PRESSURE IN ELDERLY. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*. <https://stikes-yogyakarta.e-journal.id/JKSI/article/view/150>
- Musfirah, & Anjar Setyani, D. (2022). *Community Diagnosis Community Diagnosis of Environmental Health Problems in Residents in Way Dadi Village, Bandar Lampung City* (Vol. 6). <http://journal.unhas.ac.id/index.php/panritaabdi>
- Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia. (2023). Panduan Promotif dan Preventif Hipertensi. In A. A. Lukito (Ed.), *Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia*.
- Ramadhan, M. D. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Pengendalian Tekanan Darah pada Hipertensi di Puskesmas Garuda Bandung Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Rajawali*, 10(2), 68-82.
- Riskesdas. (2018). *Laporan Rikesdas Banten*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- World Health organization. (2023). *Global Report on Hypertension, The race against a silent killer*.
- Yulidar, E., Rachmaniah, D., & Hudari, H. (2023). Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Pencegahan Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Grogol Tahun 2022. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(1), 264-274.