

---

## **EDUKASI KESEHATAN UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN KLIEN HIPERTENSI DALAM PENCEGAHAN STROKE**

**Rosidawati<sup>1)</sup>, Safrudin<sup>2)</sup>, Abdul Aziz<sup>3)</sup>.**

<sup>1)2)3)</sup> Poltekkes Kemenkes Jakarta III

<sup>1)</sup> [rosida1962@yahoo.co.id](mailto:rosida1962@yahoo.co.id)

---

### **ABSTRAK**

Hipertensi disebut sebagai si pembunuh senyap karena gejalanya sering tanpa keluhan. Biasanya, penderita tidak mengetahui kalau dirinya mengidap hipertensi dan baru diketahui setelah terjadi komplikasi. Hipertensi sekarang jadi masalah utama tidak hanya di Indonesia tapi di dunia, karena hipertensi merupakan salah satu faktor risiko penyakit stroke.

Stroke merupakan penyebab kecacatan disabilitas nomor satu dan penyebab kematian nomor dua di dunia setelah penyakit jantung iskemik baik di negara maju maupun berkembang. Stroke dapat mengakibatkan kematian atau kecacatan yang akan menurunkan status kesehatan dan kualitas hidup penderita stroke, di samping itu akan menambah beban biaya kesehatan yang ditanggung keluarga dan negara. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan klien hipertensi tentang pencegahan penyakit stroke Metode yang digunakan untuk dapat mencapai target dari kegiatan ini adalah dengan cara melakukan skrining darah tinggi, ceramah (penyuluhan Kesehatan) tanya jawab dan demonstrasi senam hipertensi. Luaran akhir kegiatan Pengabmas ini adalah dapat meningkatkan pengetahuan klien hipertensi tentang pencegahan penyakit stroke dan dapat mengimplementasikan senam hipertensi dirumah sebagai salah satu upaya pencegahan terjadinya stroke.

**Keywords:** Hipertensi, stroke, pengabdian masyarakat, pengetahuan

---

### **PENDAHULUAN**

Hipertensi disebut sebagai penyakit pembunuh senyap karena gejalanya sering tanpa keluhan. Biasanya, penderita tidak mengetahui kalau dirinya mengidap hipertensi dan baru diketahui setelah terjadi komplikasi. Hipertensi sekarang jadi masalah utama tidak hanya di Indonesia tapi di dunia, karena hipertensi ini merupakan salah satu pintu masuk atau faktor risiko penyakit seperti jantung, gagal ginjal, diabetes, stroke. Kemenkes RI,2019.

Menurut data World Health Organization (WHO) 2015 menunjukkan di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 24,4% penduduk dunia mengidap penyakit hipertensi dengan perbandingan 26,6% pria dan 26,1% wanita. Untuk nasional hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 di Indonesia didapatkan prevalensi hipertensi menurut diagnosis tenaga kesehatan sebesar 28,4%, diagnosis tenaga kesehatan / minum obat anti hipertensi 8,8 % dan pengukuran pada penduduk umur  $\geq 18$  tahun sebesar 34,1%. Hasil Riskesda 2018 di Provinsi DKI Jakarta, Prevalensi hipertensi yang didapat melalui pengukuran pada umur  $\geq 18$  tahun (34%) penduduknya rentan risiko hipertensi. Baik hipertensi ringan, berat bahkan kronis. ( Riskesda, 2018).

Stroke adalah kondisi yang terjadi ketika pasokan darah ke otak mengalami gangguan atau berkurang akibat penyumbatan (stroke iskemik) atau pecahnya pembuluh darah (stroke hemoragik). Penyebab utama terjadinya stroke sering terkait dengan kejadian hipertensi yang tidak terkontrol dengan baik ditambah dengan faktor-faktor lain. Gejala klinis stroke dapat terjadi mulai dari ringan

\* Corresponding author



This is an Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

yang tidak banyak mengganggu aktivitas fisik sehari-hari hingga berat yang menyebabkan kelumpuhan bahkan kematian yang disebabkan gangguan fungsi otak, saraf dan organ tubuh lain.

### **KAJIAN TEORITIS**

Hipertensi perlu di cegah atau dikelola agar tidak menjadi factor penyebab terjadi stroke dengan mengendalikan perilaku berisiko seperti merokok, diet yang tidak sehat seperti kurang konsumsi sayur dan buah serta konsumsi gula, garam dan lemak berlebih, obesitas, kurang aktifitas fisik, konsumsi alkohol berlebihan dan stres. Selanjutnya diketahui penyebab tingginya hipertensi yang tidak terkontrol yang merupakan pencetus terjadinya stroke dikarenakan pengetahuan terkait hipertensi yang terbatas, ketidaktahuan tentang DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension), kepatuhan pengobatan yang tidak memuaskan, dan perawatan medis yang tidak layak, semuanya membatasi efektivitas perawatan (Liao, Gillmour, & Shibuya, 2016).

Untuk peningkatan pengetahuan dan kesadaran untuk melakukan pencegahan kejadian stroke dengan pengelolaan hipertensi perlu diedukasikan kepada masyarakat. Rekomendasi ini disusun atas dasar hasil berbagai penelitian yang menunjukkan pengaruh positif edukasi terhadap pengetahuan masyarakat terkait hipertensi dan komplikasi yang dapat ditimbulkannya.

Menurut (Schwingshackl, et al., 2017) Hasil penelitian Nelwan Jeini Ester. menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan responden  $p < 0,05$ . Penelitian dari Machado et al (2017) di Brazil menunjukkan bahwa intervensi pendidikan (promosi kesehatan) terhadap masyarakat khususnya lansia telah menunjukkan strategi yang tepat untuk mendorong masyarakat untuk belajar dan berpartisipasi dalam pengobatan hipertensi. Hasil penelitian Ester Jeni Nelwan (2018) di Manado menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan kesehatan dengan nilai  $p < 0,05$ .

Upaya dalam menyelesaikan masalah kesehatan masyarakat dengan meningkatkan pengetahuan masyarakat melalui edukasi kesehatan. Pengetahuan yang baik dapat meningkatkan kemandirian masyarakat untuk mengatasi masalah kesehatannya terutama yang berkaitan dengan salah satu penyakit tidak menular yang merupakan salah satu factor utama penyebab terjadinya penyakit stroke. Berkaitan dengan hal tersebut kami akan melakukan kegiatan pengabdian berdasarkan hasil penelitian Rosidawati, Aan Nurhasanah dan Arie , (2021) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan bermakna Edukasi Multimedia Terhadap Pengetahuan, Sikap, Perilaku Keluarga Dalam Deteksi Dini Faktor Resiko Penyakit Tidak Menular (PTM) pada kelompok Intervensi. Pengabdian yang akan dilakukan berjudul "Edukasi Hipertensi Untuk Meningkatkan Pengetahuan Klien Hipertensi dalam mencegah terjadinya stroke di RW 07 Kel. Lubang Buaya.

### **METODE PENGABDIAN**

Pengabdian masyarakat dilakukan pada hari rabu, 15 Juni 2022, hari Kamis, 16 Juni 2022, Hari Rabu 27 Juli 2022 dan Kamis 18 Agustus 2022. Kegiatan dimulai pukul 08.30 WIB s.d 12.00 WIB. Lokasi pelaksanaan pengabdian masyarakat di RW 07 Kel. Lubang Buaya Kec. Cipayung Jakarta Timur. Sasaran pengabdian masyarakat adalah semua masyarakat yang mengalami hipertensi (tekanan darah tinggi) di RW 07 sebanyak 37 orang terdiri dari laki laki 6 orang dan perempuan 31 orang. Kegiatan ini diawali dengan melakukan skrining berupa pengukuran tekanan darah dan penimbangan berat badan secara langsung. Sebelum melakukan penyuluhan Kesehatan terlebih dahulu dilakukan pre test pengetahuan tentang pencegahan terjadinya stroke. Kegiatan dilanjutkan dengan penyuluhan Kesehatan tentang penyakit hipertensi meliputi; pengertian, penyebab, tanda dan gejala, klasifikasi hipertensi dan upaya pencegahan terjadinya tekanan darah tinggi. Kegiatan hari kedua yaitu penyuluhan Kesehatan tentang penyakit stroke meliputi pengertian, penyebab,



tanda dan gejala, komplikasi, upaya preventif untuk menghindari stroke. Mengenalkan secara dini tanda dan gejala stroke. Kegiatan hari ketiga melatih peserta melakukan senam hipertensi, dan kegiatan ke empat pendampingan senam hipertensi dan pelaksanaan post test. Jadwal kegiatan terdapat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Hari dan tanggal	Waktu	Kegiatan
Rabu, 15 Juni 2022	08.00- 08.30 WIB	Persiapan
	08.30-10.00 WIB	Skrining : Pengukuran Tekanan dan dan penimbangan BB
	10.00-10.30 WIB	Pre Test
	10.30-11.00 WIB	Penyuluhan Kesehatan penyakit hipertensi; Pengertian, Penyebab, Tanda dan gejala, klasifikasi hipertensi, komplikasi hipertensi dan pencegahan hipertensi. Pengelolaan stress.
	11.00 -11.30 10.30-12.00	Diskusi Konsultasi masalah hipertensi
Kamis, 16 Juni 2021	08.00-09.00 WIB	Registrasi ( Mengisi daftar hadir)
	09.00-10.00 WIB	Penyuluhan Kesehatan tentang Stroke; Pengertian, penyebab, tanda dan gejala, komplikasi, Mengenal secara dini gejala stroke, pencegahan terjadinya stroke. Diskusi dan Tanya jawab
	10.00-10.30 WIB	Menjelaskan Diet Pencegahan terjadinya stroke Diskusi tanyak jawab
Rabu, 27 Juli 2022	07.00-08.00	Persiapan senam: periksa Tensi sebelum pelaksanaan senam Hipertensi.
	08.00-09.00	Latihan senam hipertensi
	09.00-10.00	Pemeriksaan Hipertensi setelah melaksanakan senam hipertensi
Kamis, 18 Agustus 2022	08.00-09.30	Pemeriksaan tekanan darah dan penimbangan BB.
	09.30- 10.30	Pendampingan senam hipertensi
	10.30-11.30	Pengukuran tekanan darah setelah melakukan senam.
	11.30-12.00	Post Test

### REALISASI KEGIATAN

Hasil kegiatan edukasi ini digambarkan berdasarkan sebagai berikut :

Karakteristik peserta

**Tabel 2.** Karakteristik peserta Berdasarkan kelompok umur, jenis kelamin dan tingkat pendidikan di RW 07 Kel.Lubang Buaya Jakarta Timur (n=37)

Variabel	Frekuensi	%
Umur < 60 tahun	22	59.5
Umur >60 tahun	15	40.5
Jenis Kelamin		
Laki-laki	3	8.1
Perempuan	31	91.9
Pendidikan		
SD	10	27.0
SMP	14	37.8
SMA	11	29.7
PT	2	5.4

Dari hasil analisis ditemukan umur peserta kurang dari 60 tahun sebanyak 59,5% dan jenis kelamin mayoritas perempuan 91,9% dan Pendidikan terbanyak SMP 37% dan SD 27%. Jika melihat Pendidikan peserta Sebagian besar berpendidikan rendah. Secara teoritis pendidikan yang rendah memiliki kemampuan yang lebih rendah dalam menyerap informasi, karena pengetahuan sebelumnya (prior knowledge) yang relatif lebih rendah. Hal ini juga dijelaskan Ferry (2016) dalam hasil penelitiannya tentang hubungan tingkat Pendidikan dengan tingkat pengetahuan pasien tentang hipertensi di Kota Malang. Namun pada kegiatan pengabmas ini peserta sangat antusias dan motivasinya tinggi untuk mengetahui tentang pencegahan stroke, hal ini dimungkinkan karena penyakit stroke adalah penyakit yang sangat di takuti oleh penderita hipertensi.

**Tabel 2.** Pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi

Variabel	Pre Test		Post test	
	N	%	N	%
Pengetahuan Baik	10	27	34	91.9
Pengetahuan Kurang	27	73	3	8.1

Dari table 2 menunjukkan bahwa pengetahuan peserta sebelum diberikan penyuluhan dari 37 responden hanya 10 orang yang mempunyai pengetahuan baik tentang pencegahan penyakit jantung koroner, setelah dilakukan penyuluhan Kesehatan yang mempunyai pengetahuan baik menjadi 34 orang ( 91,9%).

Proses edukasi yang diberikan pada peserta menggunakan PPT dan leaflet dan video yang berarti menggunakan lebih dari 1 indera yaitu audio dan visual metode ini sangat membantu peserta dalam meningkatkan pengetahuan . Hal ini sesuai dengan teori yang ada dalam Notoatmodjo (2010) yaitu efektifitas penggunaan media penyuluhan sangat ditentukan oleh banyaknya indera penerimaan yang terlibat. Menurut Batubara (2021) multimedia adalah proses pembelajaran yang melibatkan lebih dari satu pancaindra membuat proses belajar lebih efektif dibandingkan yang melibatkan satu panca indera, karena pelajaran yang diterima akan diingat lebih lama. Melihat hasil dari table 2 menunjukkan bahwa hampir seluruh peserta mengalami kenaikan pengetahuan yaitu 34 orang (91.9 %).

**Tabel 3.** Analisis Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah Sistolik Pre test dan Post Test RW 07 Kelurahan Lubang Buaya Kec Cipayang Jakarta Timur (n=37)

Variabel Tekanan Darah	Nilai Pre Test		Nilai Pos Test	
	N	%	N	%
120-139) Terkontrol	11	29,7	23	62.2
140-159 Hipertensi Stadium 1	19	51.4	13	37.8
>160 Hipertensi Stadium 2	7	18.9	0	0

Analisis hasil table 3 menunjukkan bahwa hasil pengabmas dalam menurunkan tekanan darah dalam pencegahan terjadinya stroke terlihat ada penurunan jumlah peserta yang mengalami penurunan tekanan darah. Sebelum dilakukan penyuluhan dan Latihan senam hipertensi terdapat 7 orang yang masuk kategori stadium 3 namun setelah peserta menjalankan pola makan untuk hipertensi dan melakukan olah raga rutin menjadi 0 %.

#### KESIMPULAN

1. Kelompok sasaran atau klien kegiatan edukasi merupakan kelompok sasaran yang tepat karena peserta utamanya memiliki tingkat pendidikan yang rendah yang membutuhkan edukasi.
2. Edukasi mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait pengetahuan klien hipertensi dalam pencegahan stroke.

#### REFERENSI

1. Batubara. S, Martial.T, Rahmat A, 2021 : Edukasi Multi Media Tentang Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular Bagi Ibu Rumah Tangga Di Desa Situmba Julu Kecamatan Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan, Pengabdian Deli Sumatera, Jurnal Pengabdian Masyarakat Volume I, Number I, Desember 2021 <https://jurnal.unds.ac.id/index.php/pds/article/view/78/52>
2. Fauzi, 2014 : Program Pengelolaan Penyakit Hipertensi Berbasis Masyarakat Dengan Pendekatan Keluarga. Jurnal Pengabdian Masyarakat.[ Serial Online]. <https://ejurnal.lppmunsera.org/index.php/parahita/article/view/1931>.
3. Direktorat P2PM, (2015) : Strategi Pencegahan dan Pengendalian PTM di Indonesia. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia <http://www.p2ptm.kemkes.go.id> strategi-pencegahan-dan-pengendalian-ptm-di-indonesia di akses. 3 September 2020.
4. Handayani L, Ristrini, (2010) : Pengaruh Model Pembelajaran Kesehatan Menggunakan Multimedia Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Siswa Sltip Terkait Faktor Risiko Penyakit Jantung Koroner. <https://Scholar.Google.Co.Id/Citations?User> Diakses 3 September 2020.
5. Kemenkes RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar; Riskesdas. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI
6. Kemenkes Ri. 2017. PropilKesehatan Indonesia. Kemenkes RI Kementerian Ppn/Bappenas, 2017, Modul Sinkronisasi Rpjmn Bidang Kesehatan Dan Gizi Masyarakat. Bapenas..
6. Liao Y, Gilmour S, Shibuya K. Health, 2016 :Insurance Coverage and Hypertesion Control in China: Result from the China Health and Nutrition Survey. China: Plos One
7. Nelwan EJ, 2018. Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Perubahan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Di Kota Manado, Journal PHWB, Vol. 1 No. 2, July 2019 (pages 1-7)
8. Notoatmodjo, Soekidjo. 2003. Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan. Rineka. Cipta. Jakarta.

9. Riskesdas, 2018, Prevalence Of Non-Communicable Diseases Increases, <https://www.indonesianupdates.com/riskesdas> [Diakses Tanggal 1 September 2020].
10. Rusman. 2013. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Hasil Belajar. Jakarta: Pt. Bumi Aksara.
11. Suprajitno, 2004, Asuhan Keperawatan Keluarga : Aplikasi Dalam Praktik,. Jakarta : Egc.
12. World Health Organization; 2018, Pusat Data Dan Informasi, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia [Diakses Tanggal 12 September 2020]. Tersedia Dari: [Ttps://pusdatin.kemkes.go.id/article/view/penyakit-tidak-menular.html](https://pusdatin.kemkes.go.id/article/view/penyakit-tidak-menular.html)  
<http://www.p2ptm.kemkes.go.id> strategi-pencegahan-dan-pengendalian-ptm-di-indonesia di akses. 3 Oktober 2021.

#### FOTO KEGIATAN



Penyuluhan Hari Kedua Materi Pencegahan Stroke

