



Penapisan Hipertensi Pada Kelurahan Tajur Sindang

Hypertension Screening At Tajur Sindang Village

David Limanan^{1*}, Bruce Edbert², Nawaika Shafira Putri³, Timothy Halomoan Darma⁴

¹Bagian Biokimia dan Biologi Molekuler Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Jakarta

²⁻⁴Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara, Jakarta

*Email: <mailto:davidl@fk.untar.ac.id>

Article History:

Received: Mei 30, 2024

Revised: Juni 03, 2024

Accepted: Juni 30, 2024

Keywords: Hypertension, Blood Pressure, Health Education

Abstract: Hypertension is a condition of increased systolic or diastolic blood pressure. Basic Health Research (Riskesdas) shows that the prevalence of hypertension nationally is increasing. The aim of this PKM is to check blood pressure and provide appropriate information about hypertension, so that it can prevent, screen, and carry out early intervention. The PKM include checking blood pressure and providing hypertension health counselling. The PKM was attended by 149 participants, with 57 male participants (38%) and 92 female participants (62%). Blood pressure examination showed that 50 participants had high blood pressure (34%). There were 19 male participants (33.3%) and 31 female participants (33.7%) who had high blood pressure. High sodium intake is one of the factors that causes hypertension. High fat diets and lack of physical activity will affect the elasticity of blood vessels, which leads to hypertension. High and uncontrolled blood pressure can cause strokes and heart attacks. So regular health checks need to be carried out.

Abstrak: Hipertensi adalah keadaan meningkatnya tekanan darah sistolik ataupun diastolik. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan prevalensi hipertensi secara nasional semakin meningkat. Tujuan kegiatan ini adalah memeriksa tekanan darah dan memberikan informasi yang tepat mengenai penyakit hipertensi, sehingga dapat mencegah, menskrining dan melakukan intervensi dini. Kegiatan berupa pemeriksaan tekanan darah dan pemberian konseling kesehatan hipertensi. Kegiatan PKM dihadiri 149 peserta, dengan 57 peserta laki-laki (38%) dan 92 peserta perempuan (62%). Hasil pemeriksaan tekanan darah menunjukkan 50 peserta memiliki tekanan darah tinggi (34%). Laki-laki yang memiliki tekanan darah tinggi sebanyak 19 peserta (33.3%) dan perempuan sebanyak 31 peserta (33.7%). Asupan tinggi sodium merupakan salah satu faktor yang menyebabkan tekanan darah tinggi. Makanan tinggi lemak dan kurangnya aktivitas fisik akan mempengaruhi elastisitas pembuluh darah, yang berujung pada meningkatnya tekanan darah. Tekanan darah yang tinggi dan tidak terkontrol dapat menyebabkan terjadinya stroke dan serangan jantung. Sehingga pemeriksaan kesehatan berkala perlu dilakukan, terlebih dengan bertambahnya usia.

Kata kunci: hipertensi, tekanan darah, edukasi kesehatan

1. PENDAHULUAN

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana terjadi kenaikan tekanan darah sistolik mencapai angka diatas 140 mmHg dan diastolik diatas 90 mmHg. Hipertensi diperkirakan telah menyumbang 4,5% beban penyakit secara global dan prevalensinya sama besar diantara negara berkembang maupun maju (Putri, Herawati and Ramani, 2019). World Health Organisation (WHO) menyebutkan bahwa prevalensi kematian akibat hipertensi sebesar 63% dibandingkan dengan penyakit menular. Tren kematian akibat hipertensi di Indonesia meningkat dari 37% di tahun 1990 menjadi 57% di tahun 2015 (Putri, Herawati and Ramani, 2019). Berdasarkan data Sample Registration System (SRS) dari Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Balitbangkes) tahun 2014 diketahui bahwa hipertensi dengan komplikasi merupakan penyebab kematian nomor 4 pada semua kelompok umur yaitu sebesar 6,8%. Sementara, hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi secara nasional adalah 28,5% pada tahun 2013 dan 34,11% pada tahun 2018. Berdasarkan kelompok usia, prosentase hipertensi adalah sebagai berikut: kelompok usia 18 – 24 tahun sebesar 13,2%; usia 34 – 44 tahun 31,6%; usia 45 – 54 tahun 45,3%; usia 55 – 64 tahun 55,2%; usia 65-74 tahun 63,2%, dan kelompok usia di atas 75 tahun adalah 69,5%. Gejala yang biasa dialami pada pasien hipertensi hampir sepertiga dari penderita tidak menunjukkan gejala apapun dan diketahui pada waktu melakukan general check up. Gejala hipertensi yang timbul bisa berbeda, bahkan penderita tidak memiliki keluhan. Karena tidak menyadari adanya gejala tersebut dapat menimbulkan keluhan saat terjadinya komplikasi pada organ seperti otak, mata, ginjal, jantung, dan pembuluh darah (Tiara, 2020). Hipertensi bersifat multifaktorial. Faktor risiko terjadi-nya hipertensi dapat dibagi menjadi dua, yaitu faktor yang tidak dapat dimodifikasi dan faktor yang dapat dimodifikasi. Faktor yang tidak dapat dimodifikasi meliputi usia, jenis kelamin, ras atau etnik, dan faktor genetik, sementara faktor yang dapat dimodifikasi meliputi kelebihan berat badan atau obesitas, konsumsi garam yang terlalu banyak, kurang aktivitas fisik (pola hidup sedentary atau tidak aktif), konsumsi alkohol secara berlebihan, efek samping obat, merokok, kadar gula tinggi atau diabetes, gangguan fungsi ginjal, dan lain-lain (Kemenkes,2024). Salah satu cara untuk mencegah terjadinya hipertensi adalah dengan memberikan informasi yang benar, lengkap, dan menyeluruh mengenai penyakit hipertensi. Selain itu deteksi dini juga merupakan salah satu tonggak untuk menangani penyakit hipertensi, sehingga tekanan darah dapat dikontrol dan tidak menyebabkan komplikasi atau pun kecacatan dan kematian. Berdasarkan permasalahan di atas maka perlu dilakukan kegiatan pemeriksaan kesehatan berupa pemeriksaan pemeriksaan tekanan darah. Tujuan kegiatan ini adalah untuk memeriksa tekanan darah dan

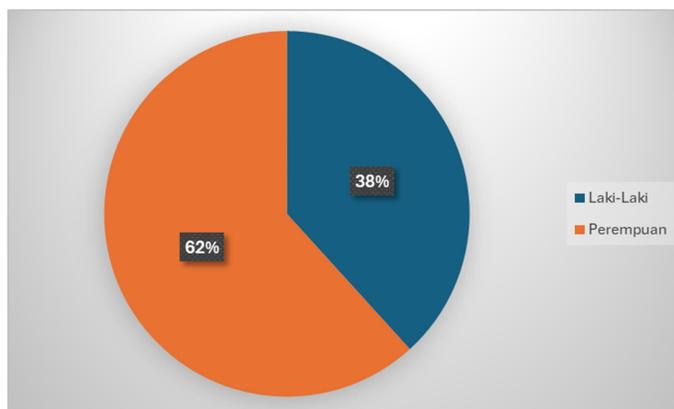
memberikan informasi yang tepat mengenai penyakit hipertensi, sehingga dapat mencegah, menskrining dan melakukan intervensi dini terhadap penyakit hipertensi.

2. METODE

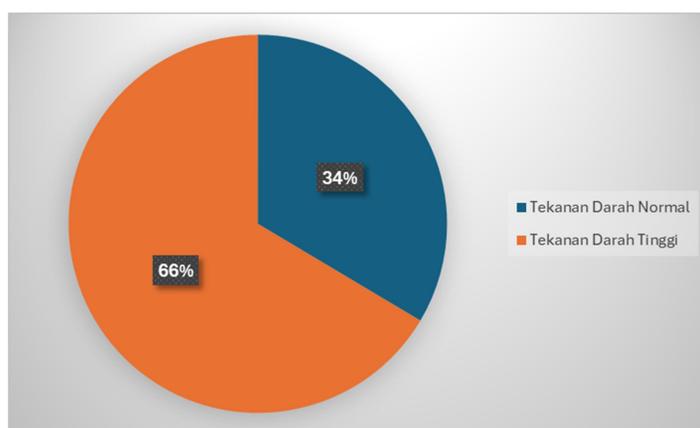
Kegiatan PKM diawali dengan diskusi bersama mitra tentang masalah kesehatan yang dihadapi. Hasil diskusi didapatkan bahwa masalah yang banyak dihadapi adalah penyakit hipertensi, yang mana pola konsumsi penduduk umumnya tinggi garam. Oleh sebab itu diputuskan untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah. Setelah berdiskusi dengan mitra, tim mengadakan rapat untuk membahas waktu, tempat dan pemeriksaan yang akan dilakukan. Setelah penentuan tanggal, tim berkoordinasi kembali dengan mitra, untuk persiapan dan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat agar kegiatan ini dapat berlangsung dengan baik. Target yang diharapkan terkait pemeriksaan tekanan darah adalah peserta dapat mengetahui tekanan darah dalam tubuhnya, sehingga dapat mempertahankan ataupun menurunkan tekanan darahnya, dan mencegah terjadinya penyakit lebih lanjut seperti stroke. Tim menyiapkan alat-alat yang akan digunakan, rangkaian acara kegiatan, keperluan administrasi dan konsumsi, serta melibatkan mitra untuk menyiapkan tempat pelaksanaan PKM dan mengundang para peserta yang akan diperiksa. Pada saat hari pelaksanaan, tim menyiapkan ruang tunggu, ruang pendaftara, ruang pemeriksaan, dan ruang konsultasi, serta keperluan administrasi. Peserta yang datang berkumpul di ruang tunggu dan diberikan nomer antrian, kemudian dipanggil satu persatu untuk pendaftaran sesuai urutan nomer peserta yang datang. Pada saat pendaftaran diberikan pertanyaan untuk data dasar (seperti jenis kelamin). Setelah pendaftaran selesai, dilakukan pemeriksaan tekanan darahnya. Tekanan darah dikatakan tinggi bila sistolik mencapai angka diatas 140 mmHg dan atau diastolik diatas 90 mmHg. Setelah dilakukan pemeriksaan, peserta diarahkan ke tim dokter untuk konsultasi mengenai tekanan darahnya. Data yang telah didapatkan diolah dan ditampilkan dalam bentuk tabel dan gambar.

3. HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat diikuti oleh 149 peserta, yang terdiri dari 57 peserta laki-laki (38%) dan 92 peserta perempuan (62%) (Gambar 1). Hasil pemeriksaan tekanan darah menunjukkan bahwa 50 peserta memiliki tekanan darah yang tinggi (34%), dan 99 peserta yang memiliki tekanan darah yang normal (66%). (Gambar 2). Laki-laki yang memiliki tekanan darah tinggi sebanyak 19 peserta (33.33%) dan Perempuan yang memiliki tekanan darah tinggi sebanyak 31 peserta (33.7%) (Tabel 1).



Gambar 1. Perbandingan Jenis Kelamin Peserta PKM



Gambar 2. Perbandingan Tekanan Darah Peserta PKM

Tabel 1. Perbandingan Tekanan Darah Berdasarkan Jenis Kelamin

	Tekanan Darah Normal	Tekanan Darah Tinggi	Total
Laki-Laki	38	19	57
Perempuan	61	31	92
Total	99	50	143

4. DISKUSI

Hasil pemeriksaan didapatkan peserta yang memiliki tekanan darah tinggi masih cukup tinggi. Asupan tinggi sodium merupakan salah satu faktor yang menyebabkan tekanan darah tinggi. Konsumsi natrium tinggi (≥ 2000 mg per hari) pada orang dewasa, terbukti lebih mempercepat terjadinya hipertensi. Kecepatan terjadinya hipertensi menurut konsumsi natrium juga dipengaruhi oleh tingginya konsumsi lemak dan gula, kurangnya konsumsi sayurbuah dan aktivitas fisik, bertambahnya usia, jenis kelamin (pria) dan beratnya derajat

perokok (Rahajeng et al., 2018). Tekanan darah yang tinggi dan tidak terkontrol secara signifikan menyebabkan terjadinya stroke dan serangan jantung (Puspitasari, 2020; Daniati et al., 2018). Sehingga pemeriksaan kesehatan berkala perlu dilakukan, terlebih dengan bertambahnya usia.

5. KESIMPULAN

Masih cukup banyak peserta yang memiliki tekanan darah tinggi, yaitu sebesar 50 orang (34%) dari total peserta. Laki-laki yang memiliki tekanan darah tinggi sebanyak 19 peserta (33.33%) dan perempuan sebanyak 31 peserta (33.7%).

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Kami ucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat UNTAR atas pendanaan dalam kegiatan ini. Terima kasih juga kami sampaikan kepada seluruh peserta yang telah mengikuti kegiatan edukasi kesehatan ini.

DAFTAR REFERENSI

- Balitbangkes. (2014). Sample registration system (SRS). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Daniati, E. (2018). Hubungan tekanan darah dengan kadar kolesterol ldl (low density lipoprotein) pada penderita penyakit jantung koroner di rsup.dr.M.Djamil Padang. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 5(2), 129-132.
- Kemendes. (2018). Riset Kesehatan dasar (Riskesdas). Kementerian Kesehatan.
- Kemendes. (2024). Pedoman pengendalian hipertensi. Kementerian Kesehatan.
- Puspitasari, P. N. (2020). Hubungan Hipertensi Terhadap Kejadian Stroke. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 922-926.
- Putri, N. G., Herawati, Y. T., & Ramani, A. (2019). Peramalan jumlah kasus penyakit hipertensi di kabupaten jember dengan metode time series. *Journal of Health Science and Prevention*, 3(2), 39-46.
- Rahajeng, E., Kristanti, D., & Kusumawardani. (2016). Perbedaan laju kecepatan terjadinya hipertensi menurut konsumsi natrium studi kohort prospektif di kota bogor, jawa barat, Indonesia. *Penelitian Gizi dan Makanan*, 39(1), 45-53.
- Tiara, U. I. (2020). Hubungan Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi. *Journal of Health Science and Physiotherapy*, 2(2), 167-171.