

Meningkatkan Pemahaman dan Edukasi Mengenai Gejala Hipertensi pada Masyarakat di Desa Cinta Rakyat Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2023

Tiffani Tantina Lubis^{1*)}, Saiful Batubara²⁾

¹⁾ Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara, ²⁾ Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua
tiffani.tantina@fk.uisu.ac.id, saifulbatubara24@gmail.com

Histori Naskah: This is an Creative Commons License This work is licensed under a
Diajukan: 01-02-2024 Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License
Disetujui: 15-02-2024
Publikasi: 20-02-2024

Abstract

Thematic Real Work Lectures (KKN-Thematic) have been held in Cinta Rakyat Village for 21 days from September 14 to 3, 2023. Cinta Rakyat Village is one of the villages in Percut Sei Tuan District, Deli Serdang Regency, North Sumatra Province, Indonesia. Various Thematic KKN programs have been implemented. Thematic KKN activities that have been carried out begin with village observation, program planning, program consultation to villagers, villagers and DPL. Thematic KKN activities carried out include the preparation and implementation stages of the program. The result achieved from the implementation of the group's program is to provide process changes to improve the literacy of the residents of Cinta Rakyat Village in the digital era. Broadly speaking, the programs that have been prepared can run well and can provide benefits for the progress of villagers and to add useful experiences for the future. The Thematic KKN program apart from being a forum for training and learning for students, is also an effort by the Islamic University of North Sumatra to contribute to transforming educational values to the village. The hope is not only the transfer of knowledge provided by students, but also the transfer of value. The existence of UISU Thematic KKN-Thematic students 2023 is expected to make changes as an effort to advance Indonesian education.

Pendahuluan

Penyakit Tidak Menular (PTM) menjadi penyebab utama kematian secara global. Salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM) yang menjadi masalah kesehatan yang paling serius saat ini yakni hipertensi. World Health Organization (WHO) memperkirakan bahwa prevalensi global hipertensi saat ini sebesar 22% dari total populasi dunia. Prevalensi hipertensi tertinggi di Afrika yaitu sebesar 27%. Asia Tenggara menempati urutan ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% dari total populasi (Kemenkes RI, 2019).

Hipertensi merupakan kondisi ketika tekanan sistol terukur ≥ 140 mmHg atau tekanan diastol terukur ≥ 90 mmHg (WHO, 2019). Hipertensi merupakan kondisi medis dengan prevalensi tinggi. Kasus hipertensi global diestimasi sebesar 22% dari total populasi dunia. Sekitar 2/3 dari penderita hipertensi berasal dari negara ekonomi menengah ke bawah (Kemenkes, 2019). Pada tahun 2015 diperkirakan bahwa 1 dari 4 laki-laki dan 1 dari 5 perempuan menderita hipertensi (WHO, 2019). Tekanan Darah Tinggi (hipertensi) adalah suatu peningkatan tekanan darah di dalam arteri. Hipertensi adalah suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah diatas normal. Seseorang dikatakan hipertensi bila tekanan sistolik nya melebihi 140 mmHg atau diastoliknya melebihi 90 mmHg berdasarkan rerata dua atau tiga kali kunjungan yang cermat sewaktu duduk dalam satu tau dua kali kunjungan. Hipertensi dapat dicegah 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.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif observasional. Sampel penelitian merupakan data hipertensi

Hasil

Tabel Hipertensi

No	Nama	Alamat	Umur	Hasil		
				TD	KGD	AU
1	Suhendro	Cinta Rakyat	49	110/60	463	4,6
2	Supatmi	Cinta Rakyat	60	160/90	518	5,2
3	Udin	Cinta Rakyat	48	130/80	121	8,2
4	Ari	Cinta Rakyat	30	100/70	103	5,8
5	Devi Sulvani	Cinta Rakyat	37		278	6,6
6	Siti Ainun	Cinta Rakyat	63	140/60	120	8,6
7	Firman	Cinta Rakyat	68	140/90		
8	Harasna	Cinta Rakyat	49	160/80		
9	Suarni	Cinta Rakyat	52	150/110		
10	Aisyah	Cinta Rakyat	45		107	5,5

Tabel di atas menggambarkan penderita hipertensi. Hipertensi adalah suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah diatas normal. Faktor penyebab hipertensi yang tidak dapat dimodifikasi antara lain faktor genetik, umur, jenis kelamin, dan etnis. Sedangkan faktor yang dapat dimodifikasi meliputi stres, obesitas dan nutrisi serta pola hidup yang kurang sehat seperti : mengkonsumsi makanan yang mengandung banyak garam, serta sayuran yang memiliki kandungan natrium yang tinggi. Pada sebagian besar penderita hipertensi tidak menimbulkan gejala dan ada juga sebagian yang menimbulkan gejala. Gejala yang dimaksud adalah : Sakit kepala, perdarahan dari hidung, pusing, wajah kemerahan dan kelelahan; yang bisa saja terjadi baik pada penderita hipertensi, maupun pada seseorang dengan tekanan darah yang normal.

Dari hasil pengamatan saat melakukan pemeriksaan kesehatan masyarakat di Desa Cinta Rakyat mengalami hipertensi yang tinggi serta asam urat yang terukur disebabkan oleh faktor kebiasaan dalam mengkonsumsi garam, sayuran daun singkong secara berlebihan yang mengandung natrium yang tinggi seperti mengkonsumsi jeroan serta kacang - kacangan di kalangan masyarakat Desa Cinta Rakyat, yang melakukan aktifitas sehari - hari seperti bertani merupakan suatu faktor pemicu dari kurangnya perhatian kesehatan secara individu, keluarga, komunitas. Faktor Individu penyebab masalah Hipertensi:

1. Jenis kelamin

Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan darah yang tidak dapat diubah.

2. Usia

Usia dewasa menjadi faktor risiko yang berpengaruh besar dengan hipertensi karena seiring bertambahnya usia kemampuan dan mekanisme tubuh meningkat dan terjadi penurunan secara perlahan.

3. Kebiasaan individu yaitu :

1. Pola hidup makanan yang dikonsumsi dan dimasak seperti mengkonsumsi bahan yang mengandung banyak garam.

2. Merokok

Kebiasaan merokok dapat menyebabkan hipertensi dimulai dari akibat zat-zat kimia yang terkandung dalam tembakau terutama nikotin yang dapat merangsang saraf simpatis sehingga

memicu kerja jantung akibatnya aliran darah menjadi terhalang sehingga tekanan darah akan meningkat.

3. Stressor

Menurut American Institute of Stress, stress yang berkepanjangan menjadi prediktor kuat dari hipertensi dimasa depan. Stres adalah tanggapan atau respon non spesifik terhadap berbagai tuntutan atasnya

Faktor Keluarga penyebab masalah Hipertensi yaitu :

1. Genetik (keturunan)

Pada faktor genetik menyebabkan resiko hipertensi karena berhubungan dengan peningkatan kadar sodium intraseluler dan rendahnya rasio antara potasium terhadap sodium individu dengan orang tua dengan hipertensi mempunyai resiko dua kali lebih besar untuk menderita hipertensi dari pada orang yang tidak mempunyai keluarga dengan riwayat hipertensi.

2. Komorbid

Komorbid adalah istilah untuk mendefinisikan penyakit penyerta yang diderita oleh seseorang ketika ia terserang suatu penyakit lainnya.

Kesimpulan

Hipertensi adalah penyakit tidak menular yang cukup berbahaya karena tidak menimbulkan gejala yang spesifik dan secara fisik. Banyak penderita hipertensi yang baru saja menyadari hipertensinya pada 5 tahun terakhir dan didagnosis pada kejadian layanan darurat. Sebagian besar penderita hipertensi tidak rutin mengecek tekanan darahnya walaupun sudah mengetahui komplikasinya secara mendasar. Begitu juga dengan kepatuhan minum obat, banyak penderita hipertensi yang tidak patuh dalam minum obat karena hanya meminum obat disaat timbul gejala. Perlu adanya usaha dalam meningkatkan kesadaran masyarakat untuk aktif dalam kegiatan kemasyarakatan guna menambah pengetahuan dan keterampilan masyarakat

Referensi

- Tim Program KKN-Tematik UISU. 2023. *Buku Panduan Pelaksanaan Kuliah KerjaNyata (KKN) Tematik*. Medan:Universitas Islam Sumatera Utara.
- Depkes RI. 2017. *Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting*. Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi: Jakarta.
- Kemenkes RI. 2016. *Pedoman Umum Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga*. Kementerian Kesehatan Republik.
- Kemenkes RI. 2018. *Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia*. Pusat Data dan Infoemasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia: Jakarta.
- Kemenkes, (2019). *Hari Hipertensi Dunia 2019*.
- Kristianto, D. B., & Prasetyo, C. B. (2013). *Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Hipertensi dengan Tindakan Mengontrol Tekanan Darah pada Warga Dukuh Bantulan Desa Jembungan Kecamatan Banyudono Boyolali*. Jurnal Ilmu Kesehatan, 1(2).
- Clinical characteristics of coronavirus disease 2019 (COVID-19) patients with hypertension on renin – angiotensin system inhibitors’, *Clinical and Experimental Hypertension*.
- Kementerian Kesehatan RI, 2013. *Pedoman Teknis Penemuan Dan Tata Laksana Hipertensi*. Jakarta : Kementerian Kesehatan.