

# Pengaruh Edukasi Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Hipertensi pada Ibu PKK di Asrikaton

*The effects of education as an effort to prevent hypertension to PKK in Asrikaton*

Nuril Farid Abshori<sup>1</sup>, Dwi Prasetyo Aji<sup>2</sup>, Kencana Andini<sup>3</sup>, Yustika Kusuma A.S<sup>4</sup>  
Fakultas Kedokteran<sup>1</sup>, Fakultas Syariah<sup>2</sup>, Fakultas Psikologi<sup>3</sup>, Fakultas Psikologi<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

[nurilfarid2@gmail.com](mailto:nurilfarid2@gmail.com), [dwiprasetyo101101@gmail.com](mailto:dwiprasetyo101101@gmail.com), [keandirah15@gmail.com](mailto:keandirah15@gmail.com),

[yustikasejati@gmail.com](mailto:yustikasejati@gmail.com),

## Abstrak

Pemberian edukasi terkait pencegahan hipertensi kepada Ibu PKK dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan mereka mengenai pengertian, penyebab, pencegahan dan penanganan dari penyakit hipertensi. Agar informasi yang didapatkan tersebut dapat disampaikan ke keluarga dan masyarakat terdekatnya. Kegiatan ini dilakukan sehari yaitu pada Bulan Januari 2023 kepada Ibu PKK Dusun Bunut Kidul Kecamatan Pakis Kabupaten Malang. Materi disampaikan melalui leaflet yang berisikan singkatan dan gambar yang mempresentasikan penyakit hipertensi. Disamping itu juga diberikan pretest dan post test untuk menilai pemahaman peserta yang selanjutnya ditutup dengan pelatihan pengukuran tekanan darah dan KIE. Hasil dari penelitian ini dapatkan nilai signifikansi  $< 0,000$  yang menunjukkan bahwa edukasi ini efektif untuk meningkatkan pengetahuan bagi para Ibu PKK.

**Kata kunci:** Hipertensi, Edukasi, Ibu PKK.

## Abstract

Provision of education related to prevention of hypertension to PKK mothers with the aim of increasing their knowledge regarding the understanding, causes, prevention and treatment of hypertension. So that the information obtained can be conveyed to the family and the closest community. This activity was carried out one day, namely in January 2023 for the PKK Dusun Bunut Kidul, Pakis District, Malang Regency. The material is conveyed through leaflets which contain abbreviations and pictures that represent hypertension. Besides that, a pretest and post test were also given to assess participants' understanding, which was then closed with training on measuring blood pressure and KIE. The results of this study get a significance value of.

**Keywords:** Education, Hypertension, PKK Mother

## 1. PENDAHULUAN

Menurut data dunia, penyakit tidak menular (PTM) adalah suatu penyakit dengan prevalensi yang cukup tinggi yang kasusnya tinggi di dunia (71%). Berdasarkan data WHO, 7 dari 10 kematian di dunia disebabkan oleh PTM. Pada tahun 2030 diperkirakan terjadi peningkatan sebesar 75,26%. PTM saat ini menjadi permasalahan utama di kesehatan komunitas dan keluarga yang dapat mengancam kesehatan dunia (Wang Y, 2020). Hipertensi adalah suatu kondisi ketika tekanan darah melebihi 140/90 mmHg berdasarkan pemeriksaan dengan alat tensi oleh ahli

kesehatan di fasilitas kesehatan. Hipertensi atau tekanan darah tinggi saat ini menjadi permasalahan yang cukup serius diberbagai negara. Penyakit kronis ini sering terjadi pada lansia, namun menurut data dunia hipertensi dapat menyerang usia muda 2 hingga pra lansia. Seseorang yang sudah terdiagnosa hipertensi harus mengkonsumsi obat seumur hidup. Pada penderita hipertensi juga rentan terkena stroke, gagal ginjal dan gagal jantung [1].

Berdasarkan data Riskesdas, Indonesia menjadi salah satu dari 5 negara di Asia Tenggara yang mempunyai prevalensi kasus hipertensi tertinggi. Sedangkan di Asia kasus ini menjadi penyebab kematian yang paling besar. Pada Provinsi Jawa Timur kasus hipertensi mengalami peningkatan sebesar 34% dari tahun 2013 hingga 2018. Sedangkan menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Malang bahwa hipertensi menjadi penyakit nomor 4 terbanyak jika dibandingkan dengan penyakit sindroma metabolik lainnya [2].

Maka dari itu guna mencegah dan mengendalikan penyakit hipertensi di masyarakat sangat diperlukan kesadaran masyarakat akan kesehatannya, salah satunya yaitu dilakukannya penyuluhan berupa edukasi pencegahan hipertensi oleh para Mahasiswa KKM Kelompok 44 UIN Malang. Harapan diadakan kegiatan tersebut adalah agar seluruh masyarakat dapat menjaga kesehatannya mulai dari pola makan, aktivitas fisiknya hingga rutinitas mengkonsumsi obatnya [3]

Keterlibatan ibu PKK adalah agar mereka dapat menjadi penggerak untuk menerapkan hidup sehat serta memberikan edukasi yang sehat kepada masyarakat sebagai upaya pencegahan dan pengontrolan penyakit hipertensi. Alasannya memilih Desa Asrikaton, Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang sebagai lokasi karena berdasarkan hasil wawancara di dusun-dusun dengan para bidan dan perawat desa, didapatkan hasil bahwa kasus hipertensi sangat tinggi, dan banyak masyarakat diantaranya yang mengeluhkan nyeri sendi.

Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi ini ditujukan untuk meningkatkan informasi Ibu PKK terkait pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi secara benar dan mandiri. Agar kasus hipertensi ini tidak mengalami peningkatan dari tahun ke tahun.

## **2. METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diadakan oleh Mahasiswa KKM Kelompok 44 UIN Malang, yang dilakukan pada Ibu PKK di Desa Asrikaton, Kecamatan Pakis, Kabupaten Malang. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 15 Januari 2023. Bentuk kegiatannya berupa observasi kepada pihak bidan dan perawat desa terkait tingginya kasus hipertensi di beberapa dusun di Desa Asrikaton. Kemudian dilakukan perekapan dan pembuatan suatu topik masalah yang akan di bahas pada waktu penyuluhan.



Gambar 1. Pengerjaan pre test

Kegiatan diawali dengan pre test kemudian dilanjutkan dengan edukasi terkait pencegahan penyakit hipertensi lalu dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan post test untuk menguji tingkat pemahaman ibu PKK. Media yang digunakan pada edukasi tersebut yaitu menggunakan leaflet sebagai media visual untuk mempermudah pemahaman audiensi dalam menerima materi yang disampaikan. Isi materi leaflet berupa definisi, penyebab, faktor resiko, komplikasi, pencegahan dan penanganan penyakit hipertensi. Materi dibuat semenarik mungkin dengan berbagai gambaran animasi untuk membantu pemahaman pembaca.



Gambar 2. Penyuluhan materi hipertensi

Setelah itu dilakukan penyuluhan terkait cara menggunakan tensimeter. Tujuannya untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu PKK untuk menggunakan alat tensimeter, disamping itu untuk menilai prevalensi kasus hipertensi di Desa Asrikaton.



Gambar 3. Pemeriksaan tekanan darah

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi tersebut diikuti oleh 25 orang yang merupakan Ibu PKK RW 01 Dusun Bunut Kidul, Desa Asrikaton, Kabupate Malang. Karakteristik Ibu PKK yang hadir untuk mengikuti acara edukasi kesehatan ini dinyatakan pada tabel dibawah ini:

Tabel 1. Karakteristik Ibu PKK

Variabel		Total
Usia	< 30	2
	30-39	5
	40-49	10
	50-59	5
	>60	3
Pendidikan	SD	7
	SMP	13
	SMA	3
	S1	2
Pekerjaan	Ibu Rumah Tangga	12
	Wiraswasta	7
	Swasta	6

Berdasarkan data pada tabel 1, diketahui bahwa pada Ibu PKK sebagian besar berada pada rentang usia 40-49 th yaitu sebanyak 10 orang, berusia < 30 sebanyak 2 orang, berusia 30-39 th sebanyak 5 orang, berusia 50-59 th sebanyak 5 orang dan > 60 th sebanyak 3 orang. Hal ini disebabkan karena usia merupakan salah satu faktor resiko hipertensi yang tidak dapat dimodifikasi. Karena semakin tua usia seseorang pada akan terjadi kekakuan pada pembuluh arterinya sehingga kapasitasnya untuk memompa atau mengalirkan ke seluruh tubuh menjadi berkurang atau terhambat akibatnya tekanan yang timbulkan semakin besar [4]

Ibu PKK di Desa Asrikaton jika dari segi pendidikan didominasi oleh lulusan SMP yaitu sebanyak 13 orang. Sedangkan yang lulusan SD sebanyak 7 orang, lulusan SMA sebanyak 3 orang dan lulusan S1 sebanyak 2 orang. Prevalensi kasus hipertensi cenderung tinggi pada kasus masyarakat yang berpendidikan rendah yakni SMP. Hal ini terjadi karena jika semakin rendah tingkat pendidikannya kemungkinan tingkat

pemahamannya dalam menyerap informasi tentang edukasi kesehatan dan mengaplikasikannya ke masyarakat masih rendah. Maka dari itu, ini menjadi salah satu permasalahan Indonesia, guna untuk menyadarkan seluruh masyarakatnya di seluruh kalangan umur terkait pentingnya menjaga kesehatan diri terutama pencegahan terkait penyakit hipertensi [5].

Pekerjaan sebagai ibu rumah tangga merupakan profesi yang paling banyak pada Ibu PKK yakni sebanyak 12 orang, kemudian dilanjutkan dengan Wiraswasta 7 orang sedangkan yang Swasta 6 orang. Berdasarkan beberapa penelitian disebutkan bahwa kasus hipertensi banyak pada masyarakat yang kurang banyak bergerak, kemungkinan adalah masyarakat yang hanya menjadi ibu rumah tangga saja.

### 3.1. Sub bab 1

Tabel 2. Pengukuran Tekanan Darah

Klasifikasi	n	%
Normal	7	28
Prahipertensi	7	28
Hipertensi tingkat 1	8	32
Hipertensi tingkat 2	3	12

Dari tabel 2 diperoleh data bawa sebagian besar responden yang mempunyai tekanan darah normal sebanyak 7 orang (28%). Pada tekanan darah prahipertensi sebanyak 7 orang (28%). Pada hipertensi derajat 1 sebanyak 8 orang (32%) dan sedangkan pada hipertensi derajat 2 sebanyak 3 orang (12%).

Nilai tekanan darah dipengaruhi oleh banyak faktor seperti faktor yang tidak dapat dimodifikasi seperti usia, jenis kelamin dan keturunan, sedangkan faktor yang dapat dimodifikasi adalah pola makan, aktivitas fisik, pengontrolan stres dan yang lainnya. Sehingga karena hipertensi ini disebabkan oleh multifaktorial maka saat ini menjadi salah satu penyakit kronis pada sindroma metabolik yang cukup berbahaya.

Untuk mengevaluasi tingkat keberhasilan edukasi maka dilakukan suatu kuisioner pre est dan post test yang dibagikan sebelum dan sesudah edukasi yang hasilnya akan diuji dengan metode paired t-test yang ditunjukkan

### 3.2. Sub bab 2

Tabel 3. Uji Perbedaan Pengetahuan Pre test dan Post test

Uji	Mean	Signifikansi
Pre test	75,5	0,00
Post test	82,5	

Dari tabel tersebut tampak bahwa edukasi yang diadakan oleh mahasiswa KKM dapat meningkatkan pengetahuan dari para peserta. Hal tersebut dapat terlihat dari nilai pretest yang rata-rata sekitar 75,5 saat sebelum diberikan edukasi. Kemudian setelah edukasi diberikan post test kembali dengan soal yang sama dan ternyata terdapat suatu peningkatan nilai rata-rata menjadi 82,2. Disamping itu

didapatkan nilai signifikansi 0,000 ( $<0,05$ ), yang artinya pemberian edukasi pencegahan hipertensi ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu PKK mengenai cara pencegahan dan pengendalian hipertensi.

Berdasarkan beberapa penelitian disebutkan bahwa perilaku kesehatan individu, suatu kelompok dan masyarakat dapat dipengaruhi melalui sarana pendidikan. Salah satunya yakni melalui edukasi kesehatan sebagai media pendidikannya. Edukasi kesehatan merupakan suatu kegiatan memberikan sebuah informasi kesehatan terkait suatu masalah penyakit yang berkaitan tentang pengertian, penyebab, cara mencegah dan cara mengatasinya, dengan harapan dapat memberikan kesadaran kepada masyarakat luas terkait kesehatan dirinya [6].

Disamping itu, adanya pelatihan mengenai pengukuran tekanan darah kepada ibu-ibu PKK diharapkan mereka dapat memantau tekanan darahnya sendiri dan dapat membantu mengukur tekanan darah orang yang berada disekitarnya. Pemantauan pengukuran tekanan darah ini sangatlah penting dilakukan karena untuk mencegah dari keterparahan penyakit seperti stroke, gagal jantung dan gagal ginjal. WHO juga merekomendasikan Home Blood Pressure Monitoring (HBPM) sebagai cara termudah untuk mengontrol nilai tekanan darah karena mudah, murah dan dapat dipercaya [7].

Perawatan diri merupakan sesuatu hal yang wajib dilakukan oleh setiap orang, dengan tujuan untuk mendeteksi dini suatu penyakit dan mengobati lebih awal. Sama halnya pada perawatan diri untuk mengontrol nilai tekanan darah yang dapat dilakukan, seperti mengubah pola makan, melakukan aktivitas fisik, mengontrol stres serta menjauhi fakto resiko lainnya. Melihat hal tersebut perawatan diri sangatlah penting dilakukan oleh semua orang terutama yang terbatas ke layanan kesehatan karena alasan fisik, ekonomi dan kondisi geografisnya [8].

#### **4. KESIMPULAN**

Edukasi pencegahan dan penanganan hipertensi ini dinilai terbukti dapat meningkatkan pengetahuan para ibu PKK Dusun Bunut Kidul, Desa Asrikaton, Kabupaten Malang. Pengukuran tekanan darah dapat meningkatkan pengetahuan serta ketrampilan kader PKK hal ini terlihat dari semua peserta yang dapat melakukan pengukuran tekanan darah dengan benar menggunakan tensimeter otomatis. Saran bagi para Ibu PKK adalah agar selalu membagikan informasi yang didapatkannya kepada masyarakat luas terkait pentingnya mengetahui penyakit hipertensi, baik mulai penyebab, pencegahan dan cara mengatasinya.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- [1]. Aditya, M., Sitepu, R., Notario, D., & Cesa, F. Y. (2019). Pengukuran Risiko Gangguan Tidur pada Penggunaan Angiotensin Converting Enzyme Inhibitor dan Calcium Channel Blocker: Case Control Study di PuskesmasDau, Malang. *Indonesian Journal of Clinical Pharmacy*, 8(3).

- 
- [2]. Afrose, T. (2018). Burden of NonCommunicable Diseases (NCDs). Prevention Is Better Than Cure. *Ann Rev Resear* 2018, 2(2), ARR.MS.ID.555582. Almomani M.H.
- [3]. Alnatour A., A. R. A. (2021). Effects of a health education intervention on knowledge attitudes towards chronic non-communicable diseases among undergraduate students in Jordan. *Nursing Open*, 8, 333–342.
- [4]. Balitbang Kemenkes. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018.
- [5]. Beaglehole R, Bonita R, Horton R, Adams C, Alleyne et. al. (2011). Priority actions for the non-communicable disease crisis. *Lancet*, 377(1438), 47.
- [6]. BPS Kabupaten Malang. Data Statistik (2018). Penyakit terbanyak di kabupaten malang untuk semua golongan umur 2018.
- [7]. Dirjen P2P. (2019). Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular.
- [8]. M Hatta dan Nurleli. (2018). Pemanfaatan Lahan Kosong sebagai Media Tanam Sayuran Di Desa Mangki Kecamatan Cempa Kabupaten Pinrang. *Jurnal GESIT*, 1(1).