



## Penyuluhan Kesehatan untuk Pencegahan Hipertensi di Dusun Druwo, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta Tahun 2022

Putri Anisa Widyastuti<sup>1</sup>, Tri Wahyuni Sukesi<sup>2\*</sup>

<sup>1,2</sup>Progrm Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia, 55166

E-mail\*: [yunisukesi.fkmuad@gmail.com](mailto:yunisukesi.fkmuad@gmail.com)

Doi : <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v3i3.1029>

### Info Artikel:

Diterima :  
30-08-2022

Diperbaiki :  
04-10-2022

Disetujui :  
12-12-2022

**Kata Kunci:** Hipertensi,  
Penyuluhan, Poster

**Abstrak:** Hipertensi merupakan penyakit yang menjadi masalah kesehatan nasional. Permasalahan kesehatan bagi tubuh salah satunya yaitu penyakit hipertensi yang dapat disebabkan karena gaya hidup yang tidak sehat. Pengabdian pada Masyarakat (PPM) dilakukan di Dusun Druwo pada RT 03 dan ditujukan untuk memberikan edukasi tentang hipertensi untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Metode yang digunakan adalah penyuluhan secara offline dan penempelan poster. Materi yang diberikan berkaitan dengan penyakit hipertensi seperti definisi, faktor risiko, pencegahan, dan pengendalian. Kegiatan terlaksana dengan lancar, masyarakat memberikan respon positif pada kegiatan yang dilaksanakan dan tingkat pengetahuan tentang hipertensi meningkat lebih baik dibandingkan sebelum dilakukan penyuluhan.

**Keywords:**  
*Counseling, Hypertension,  
Poster*

**Abstract:** Hypertension is a disease that is a national health problem. One of the health problems for the body is hypertension which can be caused by an unhealthy lifestyle. Community Service is carried out in Dusun Druwo at RT 03 and is intended to provide education about hypertension to improve community health status. The method used is offline counseling and poster attachment. The material provided is related to hypertension such as definition, risk factors, prevention, and control. The activity was carried out smoothly, the community gave a positive response to the activities carried out and the level of knowledge about hypertension increased better than before the counseling was carried out.

## Pendahuluan

Menurut Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009, kesehatan merupakan keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial guna memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomi (Departemen Kesehatan RI, 2009). Pembangunan kesehatan memiliki tantangan saat ini yaitu pergeseran pola penyakit yang semula adalah penyakit menular menjadi penyakit tidak menular. WHO melaporkan penyakit tidak menular sejauh ini adalah penyebab utama kematian di seluruh dunia, terhitung 63% dari semua kematian tahunan (Kemenkes, 2019). Penyakit tidak menular muncul karena adanya perpaduan antara faktor risiko yang tidak dapat dimutasi oleh individu yaitu usia, jenis kelamin, dan genetik. Penyakit tidak menular memiliki empat tipe utama yakni penyakit kanker, kardiovaskuler, pernapasan kronis, dan diabetes dimana didalamnya juga terdapat penyakit hipertensi (Sudayasa *et al.*, 2020). Adapun, penyebab adanya kenaikan prevalensi pada penyakit tidak menular dapat diakibatkan oleh perubahan gaya hidup (*life style*) pada masyarakat itu sendiri (Hendrawan and Widyoningsih, 2020).

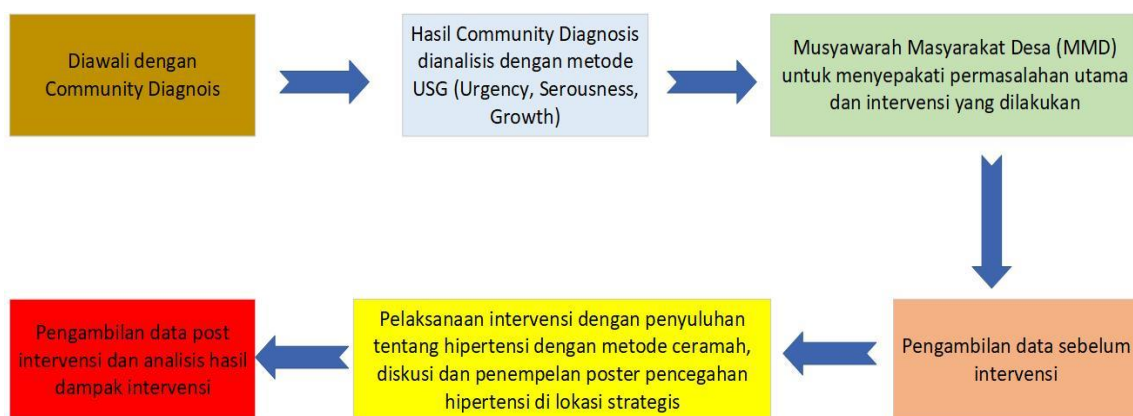
Tekanan darah berasal dari jantung dimana sangat penting pada sistem sirkulasi tubuh manusia, yang berfungsi untuk menggerakkan darah keseluruh tubuh. Jika tekanan darah sistolik menunjukkan lebih dari 140 mmHg dan diastolik 90 mmHg sesuai dengan aturan medis kondisi tersebut memiliki tekanan darah di atas batas normal. Hipertensi dapat terjadi pada berbagai usia baik itu yang tua maupun yang muda. Hipertensi sendiri dapat menimbulkan risiko berbagai penyakit yang dapat terjadi pada kesehatan seseorang seperti stroke, ginjal kronik, kardiovaskuler dan dan retinopati (Anggriani, 2018). Berdasarkan RISKESDAS 2018, prevalensi penderita hipertensi di Indonesia yaitu sebanyak 34,11%, data tertinggi di Indonesia berada pada Kalimantan Selatan (44,13%) dan terendah pada papua (22,22%) (Kemenkes RI, 2019).

Menurut Riskesdas, prevalensi hipertensi di Daerah Istimewa Yogyakarta pada tahun 2018 mengalami peningkatan yaitu lebih dari 11,01% yang mana lebih tinggi dari nilai nasional (8,8%). Prevalensi ini menjadikan DIY sebagai provinsi keempat dengan kasus hipertensi tertinggi. Estimasi jumlah penderita hipertensi umur  $\geq 15$  tahun adalah 210.112 kasus. Pada tahun 2020, 69,6% dari perkiraan jumlah penderita hipertensi berumur  $\geq 15$  tahun telah menerima pelayanan kesehatan (Dinas Kesehatan DIY, 2020). Kurangnya kesadaran untuk melakukan cek rutin tekanan darah dan meminum obat hipertensi menjadi tolak ukur bahwa kesadaran, kebutuhan serta motivasi masih rendah. Seperti yang kita ketahui hipertensi merupakan sebagai peningkatan tekanan darah secara menetap (Sudarsono *et al.*, 2017).

Berdasarkan survey yang telah dilaksanakan pada masyarakat di RT 03 Dusun Druwo, penyakit hipertensi paling banyak menjadi permasalahan yang terjadi di lingkungan masyarakat, kesadaran masyarakat untuk rutin dalam cek hipertensi masih kurang khususnya yang sudah di diagnosis oleh dokter. Oleh karena itu, tujuan dari pengabdian ini untuk mencari solusi agar masalah hipertensi di RT 03 Dusun Druwo dapat diatasi dengan melakukan promosi kesehatan serta pencegahan agar tidak menimbulkan permasalahan kesehatan lainnya. Pengabdian ini juga memiliki tujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dengan melaksanakan kegiatan penyuluhan yang didukung dengan media promosi kesehatan berupa karton dan poster. Serta pengabdian ini memiliki tujuan untuk memotivasi dan memberikan pengetahuan pada masyarakat untuk selalu cek rutin tekanan darah yang dapat dilakukan di Posyandu Lansia setiap bulannya.

## Metode

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di RT 03 Dusun Druwo, Bangunharjo, Sewon, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta pada tanggal 08 April sampai 07 Juli 2022 kepada 30 KK. Kegiatan pengabdian diawali dengan *community diagnosis*, kemudian analisis *Urgency, Seriousness, Growth* (USG) dan Musyawarah Masyarakat Desa (MMD), kemudian lanjutkan dengan intervensi. Kegiatan intervensi pada pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan menggunakan media promosi kesehatan poster. Penyuluhan dalam pengabdian ini menggunakan metode ceramah yaitu menyampaikan pengetahuan dan informasi secara lisan (Mujahidatul & Wisudaningtyas, 2014). Kegiatan intervensi dilakukan pada tanggal 26 Juni 2022. Materi yang disajikan berkaitan dengan penyakit hipertensi seperti pengertian, faktor risiko, pencegahan dan pengendalian dari hipertensi. Poster selain disampaikan melalui penyuluhan, dilakukan juga dengan menempelkan poster di lokasi-lokasi strategis di Dusun Druwo. Gambar alur pengabdian ditampilkan pada Gambar 1.



Gambar 1. Alur metode pelaksanaan pengabdian

## Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian dilaksanakan dengan lancar. Kegiatan ini dilakukan dengan studi kualitatif deskriptif dimana dilakukan dengan cara mendeskripsikan dan memberikan gambaran terhadap permasalahan kesehatan yang terjadi di RT 03 Dusun Duwo dimulai dengan pengumpulan data, analisis masalah, menentukan prioritas masalah dan alternatif pemecahan masalah, serta pemberian solusi atau intervensi. Sasaran dari kegiatan pengabdian ini adalah masyarakat RT 03 Dusun Druwo, Daerah Istimewa Yogyakarta (Anisah, 2021). Berikut hasil tabel dari permasalahan kesehatan serta penentuan prioritas masalah yang terdapat di RT 03 Dusun Druwo sebagai berikut.

### 1. Permasalahan Kesehatan

Permasalahan kesehatan di RT 03 Dusun Druwo dapat dilihat pada Tabel 1.

*Tabel 1.* Hasil Permasalahan Kesehatan di RT 03 Dusun Druwo

No.	Permasalahan	Jumlah (orang/kasus)
1.	Diare	8
2.	Hipertensi	12
3.	Asma	3
4.	jantung	2
5.	diabets	2

Tabel 1. menunjukkan bahwa permasalahan kesehatan paling tinggi yaitu penyakit tidak menular pada hipertensi sebanyak 12 kasus dan paling rendah yaitu penyakit jantung dan diabetes masing-masing 2 kasus.

### 2. Prioritas Masalah

Scoring penetapan prioritas masalah disajikan pada Tabel 2.

*Tabel 2.* Scoring Penetapan Prioritas Masalah

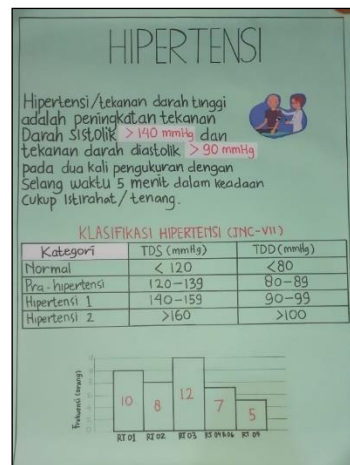
No.	Masalah	U	S	G	Total	Prioritas
1.	Diare	5	4	3	12	II
2.	Hipertensi	5	5	4	14	I
3.	Asma	4	4	2	10	III
4.	Jantung	3	3	3	9	IV
5.	Diabetes	2	3	2	7	V

Tabel 2. menunjukkan bahwa prioritas masalah yang menggunakan metode USG mengenai masalah kesehatan di RT 03 Dusun Druwo yang menjadi prioritas masalah

utama adalah penyakit tidak menular yaitu hipertensi dan yang paling rendah yaitu diabetes.

### 3. Alternatif Pemecahan Masalah dan Intervensi

Alternatif pemecahan masalah yang digunakan yaitu melakukan kegiatan Musyawarah Masyarakat Desa (MMD) yang dihadiri oleh sejumlah warga sebagai perwakilannya sebanyak 16 warga. Setelah disepakati mengenai hasil prioritas masalah yang didapat yaitu hipertensi. MMD bersepakat untuk melakukan intervensi yaitu penyuluhan dengan menggunakan media promosi kesehatan berupa poster dan karton mengenai hipertensi serta menempelkan poster pada lokasi-lokasi yang strategis. Media promosi kesehatan karton mengenai definisi hipertensi disajikan pada Gambar 2.



Gambar 2. Media Promosi Kesehatan Karton Mengenai Definisi Hipertensi  
Media promosi kesehatan karton mengenai faktor risiko hipertensi disajikan pada Gambar 3.



Gambar 3. Media Promosi Kesehatan Karton Mengenai Faktor Risiko Hipertensi

Media promosi kesehatan karton mengenai komplikasi hipertensi disajikan pada Gambar 4.



Gambar 4. Media Promosi Kesehatan Karton Mengenai Komplikasi Hipertensi  
Media promosi kesehatan karton mengenai pencegahan hipertensi disajikan pada Gambar 5.



Gambar 5. Media Promosi Kesehatan Karton Mengenai Pencegahan Hipertensi  
Media promosi kesehatan poster mengenai pengendalian hipertensi disajikan pada Gambar 6.



Gambar 6. Media Promosi Kesehatan Poster Mengenai Pengendalian Hipertensi

PPM ini dilakukan untuk membantu masyarakat dalam pencegahan hipertensi. Beberapa hal yang diperoleh dalam kegiatan pengabdian ini yaitu pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi dan upaya pencegahan menjadi meningkat. Kegiatan *community diagnosis* dilakukan dengan pengambilan data pada pengisian kuesioner dan wawancara mendalam yang dilakukan di RT 03 Dusun Druwo. Pengambilan data sebanyak 30 Kepala Keluarga (KK) yang dilakukan pada tanggal 14-20 April 2022. Tujuan dari *community diagnosis* yaitu untuk mengidentifikasi masalah kesehatan di masyarakat yang dilanjutkan dengan pemberian solusi permasalahan tersebut. Dapat mengidentifikasi masalah kesehatan di masyarakat, berkomunikasi secara baik dengan masyarakat, mengembangkan instrumen untuk masalah kesehatan, menganalisis permasalahan kesehatan serta mengajukan solusi pemecahan masalah, dan mampu membuat usulan pemecahan terhadap masalah kesehatan (Prihartono *et al.*, 2014).

Setelah dilakukannya pengambilan data kemudian melakukan penentuan prioritas masalah dengan menggunakan metode analisis *Urgency, Seriousness, Growth* (USG). Tahapan ini masing-masing permasalahan ditentukan dengan cara melihat tingkat urgensi, keseriusan, dan perkembangan isu yang kemudian diberikan skor pada masing-masing permasalahan yang ada (Yurianto, 2020). Untuk menentukan penetapan prioritas masalah dilakukan dengan metode Musyawarah Masyarakat Desa (MMD) dimana dilakukan untuk menyampaikan permasalahan yang terjadi di RT 03 Dusun Druwo dan menentukan solusi yang tepat terhadap pemecahan masalahnya. Berdasarkan hasil *community diagnosis* ini diperoleh hipertensi sebagai permasalahan kesehatan yang utama di lokasi pengabdian.

Setelah mengetahui permasalahan utama yaitu permasalahan penyakit hipertensi di RT 03 Dusun Druwo, kemudian dilakukan intervensi untuk menyelesaikan masalah tersebut. Kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan serta pemasangan media promosi kesehatan berupa karton dan poster. Kegiatan pertama yang dilakukan adalah penyuluhan, yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat terkait hipertensi baik itu faktor risiko penyebab hipertensi, komplikasi akibat hipertensi, pencegahan dan pengendalian hipertensi. Kegiatan ini dilakukan secara *offline* karena situasi yang sudah memungkinkan untuk dilakukan intervensi yaitu dengan cara mengumpulkan masyarakat di Balai Dusun Druwo. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 26 Juni 2022. Peserta terdiri dari orang dewasa laki laki perempuan dan remaja. Selama proses pelaksanaan *sharing* pengetahuan dengan media poster dan karton tersebut, seluruh warga

memperhatikan dan menyimak dengan baik seluruh materi. Foto kegiatan penyuluhan Kepada Warga RT 03 Dusun Druwo disajikan Gambar 7.



*Gambar 7.* Kegiatan Penyuluhan Kepada Warga RT 03 Dusun Druwo

Selain kegiatan penyuluhan, intervensi kedua yaitu melakukan penempelan poster pada lokasi-lokasi strategis salah satunya yaitu di pos kamling RT 03 Dusun Druwo. Penempelan poster mengenai hipertensi yaitu salah satunya mengenai pengendalian hipertensi dilakukan pada tanggal 07 Agustus 2022. Lokasi pos kamling dipilih karena masyarakat Dusun Druwo sering singgah, melewati pos kamling dan melakukan penjagaan dusun pada malam hari sehingga pos kamling menjadi salah satu lokasi yang strategis untuk dilakukan penempelan media promosi kesehatan berupa poster. Kegiatan penempelan poster di Poskamling disajikan pada Gambar 8.



*Gambar 8.* Penempelan Poster di Lokasi Poskamling RT 03 Dusun Druwo

Hipertensi adalah tingginya tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan diastolik  $\geq 90$  mmHg (Nuraini, 2015). Hipertensi sering disebut sebagai pembunuh diam-diam atau *silent killer* karena merupakan penyakit mematikan tanpa adanya gejala (Anggriani, 2018). Peningkatan tekanan darah yang tidak normal dapat menjadi



penyebab utama yang mengakibatkan timbulnya penyakit kardiovaskular (Ansar, Dwinata and Apriani, 2019). Hipertensi diklasifikasikan menjadi dua jenis yakni hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Pada hipertensi primer tidak diketahui penyebabnya. Kemudian, penyakit ginjal, endokrin, jantung dapat mengakibatkan hipertensi sekunder. Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi yakni faktor keturunan, obesitas, jenis kelamin, stress, kurang olahraga, pola diet asupan garam serta kebiasaan merokok. Selain itu, hipertensi juga dapat meningkatkan risiko penyakit lain seperti stroke, kardiovaskular, ginjal kronik, dan retinopati. Sehingga perlu dilakukan upaya pencegahan dengan mengubah pola makan, membatasi konsumsi garam, mengurangi makanan yang kaya akan kolesterol, berhenti merokok dan konsumsi alkohol, berolahraga secara teratur serta menghindari stress. Selain itu hipertensi dikendalikan dengan melakukan PATUH yakni P (periksa kesehatan secara rutin dan ikuti anjuran dokter), A (atasi penyakit dengan pengobatan), T (tetap diet dengan gizi seimbang), U (upayakan aktifitas fisik), H (hindari asap rokok dan alkohol) (Nuraini, 2015).

Menurut Muthia dkk (2016), penyuluhan metode ceramah dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat hal ini dikarenakan kegiatan penyuluhan dapat mempengaruhi pengetahuan yang pada akhirnya dapat mempengaruhi perubahan perilaku responden. Melalui penyuluhan, responden menerima pembelajaran yang mengarah pada transformasi menjadi apa yang sebelumnya tidak tahu menjadi tahu, yang dahulunya belum paham menjadi paham. Penggunaan media poster pada solusi pemecahan masalah harapannya masyarakat dapat dengan mudah membaca, memahami serta menjadi salah satu sumber pengetahuan mengenai hipertensi. Poster merupakan media visual berupa gambar yang memiliki fungsi memberikan informasi tertentu yang dapat mempengaruhi dan memotivasi tingkah laku masyarakat untuk melihat (Wulandari, 2012).

## **Kesimpulan**

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di RT 03 Dusun Druwo, Bangunharjo, Sewon, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta telah dilakukan dan berjalan dengan baik serta lancar. Dari kegiatan pengabdian didapatkan permasalahan kesehatan di masyarakat RT 03 Dusun Druwo yaitu terkait penyakit hipertensi. Pada Musyawarah Masyarakat Desa didapatkan hasil sesuai dengan kesepakatan bersama intervensi dilakukan secara offline dengan menggunakan media promosi kesehatan karton dan poster yang membahas terkait pencegahan dan pengendalian hipertensi. Kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran dalam

mencegah dan mengontrol hipertensi dengan rutin melakukan cek darah tinggi di Posyandu Lansia yang dilakukan setiap bulannya pada RT 03 Dusun Druwo.

## Ucapan Terima Kasih

Terimakasih diucapkan kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan, Tim PBL dan ibu ibu kader RT 03 Dusun Druwo yang telah berpartisipasi dalam pelaksanaan PPM sehingga semua proses dapat berjalan dengan lancar.

## Referensi

- Anggriani, L. M. (2018) 'Deskripsi Kejadian Hipertensi Warga Rt 05 Rw 02 Tanah Kali Kedinding Surabaya', *Jurnal PROMKES*, 4(2), pp. 151–164. doi: 10.20473/jpk.v4.i2.2016.151-164.
- Anisah, H. U. (2021) *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Zahir Publishing.
- Ansar, J., Dwinata, I. dan Apriani (2019) 'Determinan Kejadian Hipertensi Pada Pengunjung Posbindu Di Wilayah Kerja Puskesmas Ballaparang Kota Makassar', *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(3), pp. 28–35.
- Departemen Kesehatan RI (2009) *UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA NOMOR 36 TAHUN 2009 TENTANG KESEHATAN*, Kementerian Kesehatan RI. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Dinas Kesehatan DIY (2020) 'Profil Kesehatan D.I Yogyakarta tahun 2020', *Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2020*, p. 76.
- Hendrawan, A. dan Widyoningsih (2020) 'Gerakan Masyarakat Sehat Berbasis Masjid Sebagai Upaya Pengelolaan Mandiri Penyakit Kronik Degenaratif Di Desa Menganti Kecamatan Kesugihan Kabupaten Cilacap Tahun 2020', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Irsyad (JPMA)*, 2(2), pp. 113–119. doi: 10.36760/jpma.v2i2.137.
- Kemenkes, RI. (2019) *Buku Pedoman Pencegahan Penyakit Tidak Menular, Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular, Kementerian Kesehatan RI*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2019) 'Hipertensi Si Pembunuh Senyap', *Kementrian Kesehatan RI*, pp. 1–5.
- Mujahidatul, M. and Wisudaningtyas, B. L. (2014) 'Penyuluhan Terhadap Sikap Ibu Dalam Memberikan Toilet Training Pada Anak', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), pp. 158–166. doi: ISSN 1858-1196.

- Muthia, F., Fitriangga, A. and Yanti, S. N. (2016) 'Perbedaan Efektifitas Penyuluhan Kesehatan Menggunakan Metode Ceramah dan Media Audiovisual (Film) Terhadap Pengetahuan Santri Madrasah Aliyah Pesantren Khulafaur Rasyidin Tentang TB Paru Tahun 2015 Farah', *Jurnal Cerebellum*, 2(4), pp. 646–656.
- Nuraini, B. (2015) 'Risk Factors of Hypertension', *Journal of Majority*, 4(5), pp. 10–19.
- Prihartono, J. dkk. (2014) *Buku Keterampilan Klinis Ilmu Kedokteran Komunitas, Departemen Ilmu Kedokteran Komunitas Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia*. Edited by Herqutanto and A. R. Werdhani. Jakarta: Departemen Ilmu Kedokteran Komunitas FKUI.
- Sudarsono, E. K. R. dkk. (2017) 'Peningkatan Pengetahuan Terkait Hipertensi Guna Perbaikan Tekanan Darah pada Pemuda di Dusun Japanan, Margodadi, Seyegan, Sleman, Yogyakarta', *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat (Indonesian Journal of Community Engagement)*, 3(1), p. 26. doi: 10.22146/jpkm.25944.
- Sudayasa, I. P. dkk. (2020) 'Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Desa Andepali Kecamatan Sampara Kabupaten Konawe', *Journal of Community Engagement in Health*, 3(1), pp. 60–66. doi: 10.30994/jceh.v3i1.37.
- Wulandari, R. (2012) 'Poster Sebagai Media Pendidikan Karakter', *Pendidikan Karakter*, 1(1), pp. 375–380.
- Yurianto (2020) 'Analisis Penyusunan Strategi Dan Program Pembinaan Usaha Mikro Kecil Dki Jakarta Pada Masa Pandemic Covid 19 Dengan Pendekatan USG Dan SWOT', *Jurnal Riset Jakarta*, 13(2), pp. 65–80. doi: 10.37439/jurnaldrd.v13i2.35.