

Edukasi Masyarakat Untuk Pencegahan Serta Perawatan Hipertensi & Diabetes di Waringinsari

M. Iqbal Assabiq^{1*}, Windiyani¹, Intan Aulia Bilqis¹, Neng Hana Nur Fadilah¹, Herni Devi Puspita Sari¹, Raisa Putri Ramdiansyah², Asysyifa Nurfitriaturrahmah², Lailshalma Yuniar², Gandi Gandiana Candra², Syifa Danti Danya Fatimah², Valerian Permana Sukma², Azmi Syafaatz Dzikro², Reza Zulfa Fakhriyah², Ardiansyah³, Azqi Mausul³, Dian Utami³, Indra Gunawan¹

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya, Tasikmalaya 46191, Indonesia

²Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya 46191, Indonesia

³Fakultas Teknik, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya, Tasikmalaya 46191, Indonesia



Volume 1 No. 1 Hal 13-17

©The Author(s) 2025

Informasi Artikel

Submit : 24 Agustus 2024
Revisi : 30 Agustus 2024
Diterima : 12 September 2024
Publikasi : 12 Februari 2025

Penanggung Jawab

Muhammad Iqbal Assabiq
lqbalsabiq04@gmail.com

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

P-ISSN :-

E-ISSN :-

ABSTRAK

Hipertensi dan DM merupakan penyakit kronis yang membutuhkan pengendalian secara berkesinambungan. Pengendalian ini dipengaruhi oleh peran kader kesehatan, motivasi diri penderita hipertensi, dan dukungan keluarga. Tujuan Edukasi Masyarakat Untuk Pencegahan Serta Perawatan Hipertensi dan Diabetes dilakukan agar bisa meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan dan perawatan hipertensi maupun diabetes. Metode yang digunakan yaitu ceramah interaktif dan pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah, asam urat serta kadar kolesterol. Hasil edukasi masyarakat untuk pencegahan serta perawatan hipertensi dan diabetes di Desa Waringinsari Kecamatan Langensari Kota Banjar bahwa setelah dilakukan pemeriksaan dan penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat terkait pencegahan serta perawatan penyakit hipertensi dan diabetes. Kesimpulan: Terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai Hipertensi dan Diabetes Mellitus setelah diberikan edukasi. Hal tersebut sebagai upaya peningkatan peran masyarakat dalam pencegahan dan pengendalian dampak Hipertensi dan Diabetes Mellitus.

Kata Kunci: Diabetes; Edukasi; Hipertensi

PENDAHULUAN

Riskesmas 2018 menunjukkan prevalensi Penyakit Tidak Menular (PTM) mengalami kenaikan jika dibandingkan dengan Riskesmas 2013. Penyakit yang termasuk dalam kelompok PTM antara lain kanker, stroke, penyakit ginjal kronis, diabetes melitus, dan hipertensi, peningkatan prevalensi tersebut adalah penyakit kanker dari 1,4% naik menjadi 1,8%, stroke dari 7% naik menjadi 10,9%, dan prevalensi penyakit ginjal kronis dari 2% naik menjadi 3,8% (Riskesmas, 2018).

Pola penyakit di Indonesia mengalami transisi epidemiologi selama dua dekade terakhir, yakni dari penyakit menular yang semula menjadi beban utama kemudian mulai beralih menjadi penyakit tidak menular. Kecenderungan ini meningkat dan mulai mengancam sejak usia muda. Penyakit tidak menular yang utama di antaranya hipertensi, diabetes melitus, kanker, dan penyakit paru obstruktif kronik (Kementerian Kesehatan RI, 2015). Perubahan pola struktur masyarakat, khususnya masyarakat agraris ke masyarakat industri banyak memberi andil pada perubahan pola fertilitas, gaya hidup, sosial ekonomi yang pada gilirannya dapat memacu meningkatnya penyakit tidak menular (PTM) (Akbar, 2018). Menumbuhkan kesadaran diri untuk mau dan mampu mengendalikan suatu penyakit bukan suatu hal yang mudah untuk dilakukan, kondisi ini dibutuhkan latihan yang dilaksanakan secara konsisten dengan pemantau yang baik, sehingga perubahan perilaku dapat terjadi (Sofiani, 2016).

Rendahnya pengetahuan tenaga kesehatan, pasien, dan masyarakat tentang hipertensi merupakan penyebab utama tidak terkontrolnya tekanan darah, terutama pada pasien hipertensi di Asia (Park et al., 2015). Dulu, mayoritas penderita hipertensi adalah lansia, namun saat ini hampir seluruh usia berisiko menderita hipertensi (Hamzah dkk, 2021). Sama halnya dengan hipertensi yang merupakan salah satu penyakit kronis yang dapat memberikan kontribusi terhadap kematian, Diabetes Melitus (DM) merupakan juga bagian dari kelompok penyakit kronis yang dapat memberikan kontribusi terhadap morbiditas, kematian, kecacatan, dan peningkatan biaya kesehatan. Diabetes melitus

adalah penyakit kronis progresif yang ditandai dengan ketidakmampuan tubuh untuk melakukan metabolisme karbohidrat, lemak dan protein yang menyebabkan terjadinya hiperglikemi atau peningkatan kadar gula darah (Black & Hawks, 2014).

Hipertensi dan DM merupakan penyakit kronis yang membutuhkan pengendalian secara berkesinambungan. Pengendalian ini dipengaruhi oleh peran kader kesehatan, motivasi diri penderita hipertensi, dan dukungan keluarga (Setyaningsih & Ningsih, 2019). Masih kurangnya informasi mengenai perbaikan pola makan bagi penderita hipertensi juga membuat pengetahuan masyarakat tentang perbaikan pola makan masih rendah. Berdasarkan hasil survei di Desa Waringinsari Kecamatan Langensari Kota Banjar bahwa masih banyak didapatkan masyarakat yang terkena penyakit hipertensi dan diabetes melitus.

Prilaku kesadaran dan pengetahuan masyarakat di Desa Waringinsari mengenai pengendalian pencegahan penyakit tidak menular khususnya hipertensi dan DM masih kurang. Faktor yang mempengaruhi kurangnya pemahaman masyarakat akan pengetahuan peningkatan dan pencegahan tersebut adalah kurangnya informasi dari tenaga kesehatan. Salah satu langkah nyata yang dapat dilakukan tenaga kesehatan adalah edukasi dan pemberdayaan masyarakat mengenai pengetahuan penyakit hipertensi dan diabetes mellitus meliputi pengertian, penyebab, tanda dan gejala serta pencegahan dan perawatan.

Hal ini diperlukan strategi intervensi keperawatan komunitas melalui pendidikan kesehatan dan pemberdayaan masyarakat. Peran perawat sebagai edukator sangat penting dalam hal mengedukasi untuk memberikan informasi dengan jelas tentang penyakit tersebut. Hal yang dapat dilakukan oleh perawat lebih ke arah bagaimana memberikan pengertian kepada masyarakat agar ketidaktahuan masyarakat berubah menjadi tahu, lalu bertahap menjadi mau dan bahkan mampu secara mandiri dalam pengendalian faktor yang menyebabkan masalah kesehatan tersebut.

METODE

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini yaitu ceramah interaktif dan pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah, asam urat serta kadar kolesterol. Lokasi pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Aula kantor desa Waringinsari kecamatan langensari kota Banjar. Waktu pelaksanaan pada tanggal 05 Agustus 2024. Kegiatan yang dilakukan meliputi tiga tahap yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Tahap perencanaan dimulai dengan mencari informasi mengenai penyakit hipertensi dan diabetes.

HASIL

Terdapat beberapa faktor pendorong dan penghambat pada pengabdian masyarakat ini yaitu:

Faktor Pendorong:

- Warga masyarakat yang potensial sebagai Sumber Daya Manusia yang turut berperan dalam meningkatkan derajat kesehatan keluarga pada khususnya serta masyarakat pada umumnya.
- Peningkatan kesadaran masyarakat untuk memelihara kesehatan melalui penerapan pola hidup sehat.
- Keingintahuan, antusiasme dan partisipasi aktif dari para peserta yang cukup besar dalam mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Faktor penghambat:

- Kebiasaan masyarakat yang tidak ada waktu untuk memelihara kesehatan dengan alasan tidak ada waktu dan biaya bila harus pergi ke fasilitas kesehatan
- Ketidaktahuan masyarakat tentang penyakit penyebab penyakit hipertensi dan diabetes
- Kesulitan mengumpulkan banyak masyarakat karena sibuk bekerja pada waktu pagi dan siang hari.

Setelah melakukan edukasi upaya pencegahan penyakit hipertensi dan diabetes pada masyarakat. Masyarakat setempat terlihat antusias untuk mengikuti kegiatan ini. Kondisi kegiatan ini terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Pemeriksaan Tekanan Darah, gula darah, asam urat dan kolesterol

Berdasarkan Gambar 1, masyarakat terlihat antusias melakukan pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat dan kolesterol. Dari hasil pemeriksaan ini ternyata banyak ditemukan masyarakat yang memiliki Riwayat penyakit hipertensi dan memiliki gula darah tinggi.



Gambar 2. Seminar kesehatan mengenai Hipertensi dan Diabetes Mellitus

Berdasarkan Gambar 2, antusias masyarakat dalam keingintahuannya mengenai penyakit hipertensi dan diabetes melitus.



Gambar 3. Foto bersama dengan dosen FIKES UMTAS, mahasiswa UGM dan UMTAS

Berdasarkan Gambar 3, kegiatan ini dilaksanakan dengan adanya kerjasama dengan pihak dosen FIKES Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya,

mahasiswa UGM, dan mahasiswa program studi keperawatan universitas muhammadiyah tasikmalaya.

PEMBAHASAN

Hasil edukasi masyarakat untuk pencegahan serta perawatan hipertensi dan diabetes di Desa Waringinsari Kecamatan Langensari Kota Banjar bahwa setelah dilakukan pemeriksaan dan penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat terkait pencegahan serta perawatan penyakit hipertensi dan diabetes. Sebagai salah satu solusi untuk menekan kejadian hipertensi ini dapat dilakukan dengan pendidikan kesehatan kepada masyarakat. Hipertensi dan diabetes melitus dapat dikontrol dengan berbagai upaya menjaga pola hidup sehat. Hal ini dapat tercapai jika pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan serta perawatan hipertensi dan diabetes dengan baik.

Hasil pengabdian kepada masyarakat ini sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat Hairil (2020), yang mengatakan bahwa ditemukan banyak masyarakat yang memiliki tekanan darah tinggi. Dampak pengabdian yaitu terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai upaya pencegahan hipertensi. Saat ini upaya pencegahan serta perawatan hipertensi dan diabetes di Rumah melalui media pembelajaran bagi Masyarakat. Kementerian kesehatan berupaya meningkatkan promosi kesehatan melalui komunikasi, informasi, serta edukasi. Pemberian informasi dan edukasi pada masyarakat dapat melalui berbagai cara. Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah penyampaian informasi dan edukasi kesehatan melalui ceramah interaktif. Upaya ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keinginan masyarakat dalam mencegah dan melakukan perawatan di rumah, sehingga angka hipertensi dan diabetes dapat terkontrol ataupun dicegah pada masyarakat yang berisiko.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai Hipertensi dan Diabetes Mellitus setelah diberikan edukasi. Hal tersebut sebagai upaya peningkatan peran masyarakat dalam pencegahan dan pengendalian dampak Hipertensi dan Diabetes Mellitus. Perlunya kesadaran masyarakat untuk menjaga pola makan agar terhindar dari penyakit hipertensi dan diabetes. Serta rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah dan gula darah di fasilitas pelayanan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, H. (2018). Determinan Epidemiologis Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Jatisawit. *HIBUALAMO Seri Ilmu-Ilmu Alam Dan Kesehatan*, 2 (2), 41-47.
- Akbar, H., & Tumiwa, F. F. (2020). Edukasi Upaya Pencegahan Hipertensi pada Masyarakat di Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow. *JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, 1(3), 154-160.
- Black, M. Joyce dan Jane Hokanson Hawks. 2014. *Keperawatan Medikal Bedah –Manajemen Klinis untuk Hasil yang Diharapkan Edisi Bahasa Indonesia*. 2014. Singapura: Elsevier
- Hamzah, B, dkk. (2021). *Teori Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Pidie: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini. <https://books.google.co.id/books?id=FmBQEAAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=id#v=onepage&q&f=false>
- Kementrian Kesehatan RI. (2015). *Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015–2019*. Kemenkes RI.

- Park, J. B., Kario, K., dan Wang, J. G. (2015). Systolic hypertension: An increasing clinical challenge in Asia. *Hypertension Research*, 38(4), 227–236. <https://doi.org/10.1038/hr.2014.169>
- RISKESDAS. Riset Kesehatan Dasar. 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia
- Setiyaningsih, R., & Ningsih, S. (2019). Pengaruh Motivasi, Dukungan Keluarga Dan Peran Kader Terhadap Perilaku Pengendalian Hipertensi. *Indonesian Journal On Medical Science*, 6(1), 79–85. <http://garuda.ristekdikti.go.id/documents/detail/995358>
- Sofiani, Yani. (2016). Pengelolaan Diri Diabetisi untuk meningkatkan Disease Awareness (Model SOFIANI) menggunakan alat pendeteksi dini: Pedoman Diabetisi, UI