

Pemberdayaan masyarakat di desa Tiwingan: penyuluhan dan pembentukan komunitas siaga hipertensi terhadap pemantauan tekanan darah

Arya Christian Januardi, Jamilah, Khaira Linda Wijaya, Zulfania Aleyda, Mufatihatul Aziza Nisa

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Indonesia

Penulis korespondensi : Arya Christian Januardi

E-mail : aryajanuardi123@gmail.com

Diterima: 31 Mei 2024 | Direvisi: 06 Juni 2024 | Disetujui: 06 Juni 2024 | © Penulis 2024

Abstrak

Penyakit hipertensi termasuk permasalahan kesehatan global yang seringkali tidak disadari oleh penderitanya sehingga disebut sebagai "silent killer". Di Desa Tiwingan Lama RT 02, Kecamatan Aranio, Kabupaten Banjar, prevalensi hipertensi cukup tinggi, dengan 26 dari 131 orang didiagnosis menderita hipertensi. Program ini mempunyai tujuan meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi melalui penyuluhan dan pembentukan komunitas siaga hipertensi. Pelaksanaan program dilaksanakan pada 6 Juli hingga 3 Agustus 2023, dengan metode penyuluhan dan diskusi, serta evaluasi melalui *pre-test* dan *post-test*. Partisipasi melibatkan 19 warga, dengan 10 di antaranya menjadi kader komunitas. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat, Hasil *post-test* menunjukkan rata-rata 93,68, jauh lebih tinggi dibandingkan *pre-test* dengan rata-rata 76,31. Pembentukan komunitas siaga hipertensi diharapkan bisa berperan dalam edukasi dan pemantauan tekanan darah secara rutin. Selain itu, komunitas ini diharapkan mampu memberikan dukungan berkelanjutan bagi pencegahan komplikasi terkait hipertensi. Program ini berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat dan memberikan dasar yang kuat untuk pencegahan dan penanganan hipertensi. Dukungan dari berbagai pihak, termasuk lembaga pemerintah dan organisasi non-profit, sangat diperlukan untuk keberlanjutan program ini.

Kata kunci: penyuluhan; hipertensi; komunitas; pemantauan; pemberdayaan.

Abstract

The "silent killer," hypertension, is a prevalent global health threat that often progresses without any warning signs. In Tiwingan Lama Village RT 02, Aranio District, Banjar Regency, hypertension prevalence is notably high, with 26 out of 131 individuals diagnosed. This program aimed to raise awareness and knowledge about hypertension through education and the formation of a hypertension alert community. The program was conducted from July 6 to August 3, 2023, using lectures and discussions, with evaluations via pre-tests and post-tests. Nineteen residents participated, with ten becoming community cadres. Participants demonstrated a significant knowledge gain, scoring an average of 93.68 on the post-test compared to 76.31 on the pre-test. The establishment of the hypertension alert community is expected to influence education and regular arterial blood pressure monitoring. This community should also offer continuous help to prevent health problems caused by high blood pressure. This program successfully raised community awareness and provided a strong foundation for the prevention and management of hypertension. Support from various sectors, including non-profit organizations and government agencies, is crucial for the program's sustainability.

Keywords: hypertension; extension; community; monitoring; empowerment.

PENDAHULUAN

Penyakit hipertensi, atau yang sering disebut sebagai tekanan darah tinggi, termasuk masalah kesehatan umum yang ditemui di seluruh dunia. Hal ini ditandai oleh tekanan darah diastolik serta sistolik masing-masing sebesar ≥ 90 mmHg serta ≥ 140 mmHg saat diukur secara berulang (Tiara, 2020). Hipertensi ialah diantara jenis penyakit degeneratif yang perlu diwaspadai, karena seringkali tidak menunjukkan gejala spesifik ataupun bahkan sama sekali tidak menimbulkan gejala pada penderitanya.

Seringkali hipertensi tidak menunjukkan gejala di awal. Penderita baru menyadari ketika hipertensi sudah menyebabkan gangguan fungsi organ vital seperti jantung yang bisa memicu kegagalan jantung atau pecahnya pembuluh darah otak yang memicu terjadinya stroke (Sadewa, 2023). Oleh sebab itu, penyakit ini sering dianggap sebagai pembunuh diam-diam, sebab kebanyakan orang tidak sadar jika mereka mempunyai kondisi hipertensi hingga dilaksanakan pemeriksaan tekanan darah (Nelwan, 2019). Hal ini menjadi faktor utama dalam penundaan penanganan pasien, yang mengakibatkan hipertensi menjadi semakin umum sebagai suatu penyakit tidak menular yang selalu bertambah prevalensinya tiap tahunnya secara global (Ariyanti, Preharsini, & Sipolio, 2020). Jika hipertensi tidak terkendali, bisa mengakibatkan pembentukan plak aterosklerotik di arteri otak. Hal ini bisa menyebabkan penyumbatan arteri, kerusakan akibat kurangnya pasokan darah (iskemik), dan stroke, yang termasuk komplikasi serius jangka panjang (Ekawati, Sampurno, & Rofiyati, 2021).

Berdasarkan data dari WHO, di seluruh dunia orang menderita hipertensi berkisar 1,13 miliar pada tahun 2015, maknanya dari semua manusia didunia satu dari tiga orang didiagnosis dengan penyakit tersebut. Jumlah penderita hipertensi selalu meningkat dari tahun ke tahun. Diproyeksikan jika, kuantitas orang yang menderita hipertensi di tahun 2025 akan mencapai 1,5 miliar, sementara setiap tahunnya terdapat perkiraan 9,4 juta kematian akibat hipertensi serta komplikasi (Purwono, Sari, Ratnasari, & Budianto, 2020). Hipertensi merupakan salah satu faktor risiko utama yang menyebabkan kematian dini di seluruh penjuru dunia. Secara global, diperkirakan sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia antara 30-79 tahun menderita kondisi tekanan darah tidak normal atau disebut sebagai hipertensi, dengan sebagian besar penderitanya berasal dari kalangan masyarakat berpenghasilan rendah dan menengah (Sadewa, 2023). Di Indonesia prevalensi kejadian hipertensi menurut data Riskesdas tahun 2018, memperlihatkan Provinsi Kalimantan Selatan mempunyai tingkat tertinggi, mencapai 44,13%. Angka ini jauh melampaui angka rata-rata nasional sebesar 34,11%. Hingga tahun 2020, hipertensi tetap menjadi diantara dari sepuluh penyakit terbanyak di Kalimantan Selatan (Riana dkk, 2022).

Salah satu langkah inovatif yang berpotensi mengendalikan hipertensi adalah dengan koordinasi masyarakat dan layanan kesehatan untuk membangun rasa saling percaya dan penyebaran komunitas kesehatan pada sebuah tim. Komunitas kesehatan seperti petugas kesehatan, termasuk kader kesehatan adalah garda terdepan kesehatan serta komponen penting dalam meningkatkan pengendalian hipertensi dan promosi kesehatan yang setara. Hal ini utamanya karena komunitas kesehatan seringkali dipilih sesuai tempat tinggal mereka. Hasilnya adalah mereka cenderung lebih sensitif dan mahir dalam hal budaya mengatasi hambatan sosial ekonomu dan hambatan lain dalam penerapan pengendalian hipertensi (Sadewa, 2023).

Data terkait 10 penyakit terbanyak di kecamatan Aranio menunjukkan masalah hipertensi pada 2022 termasuk 3 besar penyakit/masalah kesehatan yang ada di puskesmas. Berdasarkan hasil diagnosa komunitas dan pengukuran tekanan darah didapatkan hasil sebanyak 26 dari total 131 orang yang ada di Desa Tiwingan Lama RT. 02 terkena hipertensi. Berdasarkan hasil survei faktor risiko, sebanyak 80,78% penderita hipertensi memiliki tingkat pendidikan terakhir hanya sebatas lulusan SD (Sekolah Dasar). Masih banyak masyarakat di RT 02 tidak menyadari bahwa dirinya terkena hipertensi dikarenakan berbagai macam alasan diantaranya yaitu pengetahuan, dimana hasil ini sejalan pada penelitian (Nuraisyah & Kusumo, 2021) yang menyebutkan bahwa hipertensi termasuk kondisi kronis yang tidak bisa sembuh sepenuhnya, tetapi bisa dicegah dan dikendalikan melalui penanganan yang tepat. Sering kali orang yang mengidap hipertensi tidak menyadari jika mereka menderita penyakit tersebut. Selain itu, sebagian besar penderita hipertensi (57,69%) tidak rutin untuk

Pemberdayaan masyarakat di desa Tiwingan: penyuluhan dan pembentukan komunitas siaga hipertensi terhadap pemantauan tekanan darah

melaksanakan kontrol kesehatan (tekanan darah) setiap bulannya. Sehingga, untuk menangani permasalahan hipertensi perlu adanya alternatif pemecahan masalah yaitu dengan penyuluhan dan pembentukan komunitas siaga hipertensi sebagai upaya pemberdayaan masyarakat dalam pemantauan tekanan darah di Desa Tiwingan Lama. Intervensi ini perlu dilaksanakan karena kurangnya kesadaran masyarakat untuk memeriksakan tekanan darah disebabkan akses pelayanan kesehatan jauh dan kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai tekanan darah. Intervensi ini diadakan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat, meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya kontrol tekanan darah untuk menghindari dan mencegah hipertensi.

Dalam pelaksanaan intervensi, evaluasi dilaksanakan secara berkala pada akhir setiap program atau kegiatan untuk menilai sejauh mana program tersebut telah berjalan sesuai rencana yang telah ditetapkan. Adapun teknik evaluasi yang dipergunakan dalam intervensi ini ialah teknik tes tertulis, inventori serta observasi (pengamatan), dimana pada proses evaluasi terdapat kesamaan pada penelitian (Taamu, Dali, Muhsinah, & Bau, 2022) yang melaksanakan evaluasi kegiatan promosi peningkatan kesehatan dan dilaksanakan sebanyak dua tahapan, evaluasi tahapan pertama dilaksanakan dengan evaluasi tertulis serta observasi sebagai tahap kedua, tetapi tidak melaksanakan evaluasi inventori. Dalam intervensi ini, evaluasi Pada program penyuluhan dilaksanakan dengan teknik tes tertulis menggunakan *pre-pos test* untuk menghitung sejauh mana peningkatan pemahaman masyarakat sesudah dilaksanakannya penyuluhan. Pada teknik inventori menggunakan lembar observasi yang mana terdapat beberapa pertanyaan dengan maksud untuk mengetahui perasaan, pendapat serta sikap dari masyarakat terkait keberadaan pos siaga hipertensi. Sedangkan evaluasi yang dilaksanakan untuk menilai kinerja para kader (komunitas siaga hipertensi) menggunakan teknik observasi dengan penggunaan lembar checklist yang dilaksanakan dengan menganalisa serta melaksanakan pencatatan dengan sistematis terkait perilaku mengamati ataupun melihat kinerja kader secara langsung.

Adanya pengadaan alternatif pemecahan masalah hipertensi ditujukan untuk dapat membantu masyarakat RT 02 Desa Tiwingan Lama dalam mencegah terjadinya hipertensi dan melaksanakan pengecekan tekanan darah secara rutin. Dengan adanya dukungan dan partisipasi dari masyarakat dan berbagai sektor, maka program penanganan hipertensi dapat dilaksanakan dengan konsisten dan berkelanjutan.

METODE

Program pemberdayaan masyarakat ini diadakan di Desa Tiwingan Lama RT 02, Kecamatan Aranio, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan. Sasaran program ini mencakup seluruh warga Desa Tiwingan Lama RT 02. Adapun program pemberdayaan masyarakat ini dihadiri oleh 19 orang yang terdiri dari pihak puskesmas, calon kader, masyarakat biasa dan aparat desa. Pelaksanaan program berlangsung dari tanggal 6 Juli hingga 3 Agustus 2023. Program pemberdayaan masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan kemampuan masyarakat dalam mengatasi masalah hipertensi melalui keterlibatan aktif semua pihak secara berkesinambungan. Adapun metode pelaksanaan kegiatan terdiri dari:

1. Penyuluhan Hipertensi.

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 13 Juli 2023 yang bertempat di ruang kelas MIN 3 Banjar, Desa Tiwingan Lama RT 02. Kegiatan ini dihadiri oleh beberapa perangkat desa, warga Desa Tiwingan Lama RT 02, dan pihak puskesmas sebagai pemateri. Penyuluhan dilakukan dengan tujuan untuk memberikan pengetahuan dan informasi-informasi terkait hipertensi. Metode yang digunakan pada pelaksanaan kegiatan ini yakni metode diskusi tanya jawab serta ceramah. Dalam kegiatan ini poster dan *booklet* dimanfaatkan sebagai media penyuluhan dan komunikasi. Monitoring dan evaluasi dilaksanakan melalui *pre-test* dan *post-test*. Penyelenggaraan penyuluhan ini membantu masyarakat dalam mengambil keputusan bijak terkait kesehatan dan kualitas hidup, serta menambah pemahaman yang dapat diimplementasikan dalam kehidupannya (Solehudin & Herliana, 2022).

2. Pembentukan Komunitas Siaga Hipertensi.

Komunitas Siaga Hipertensi dibentuk berdasarkan kemauan dan kemampuan kader dalam mengelola kegiatan yang akan dilaksanakan. Tujuannya agar intervensi yang telah diberikan bisa diteruskan dan dimanfaatkan dengan baik oleh warga RT 02 Desa Tiwingan Lama. Kader berperan sebagai perantara antara petugas kesehatan dengan masyarakat untuk mengkoordinasikan kebutuhan masyarakat dalam memelihara kesehatan, karena petugas kesehatan tidak selalu bisa menjangkau masyarakat secara langsung (Griana, Rachma, & Gaffar, 2021). Dalam kegiatan ini, terbentuk 10 orang yang menjadi bagian dari komunitas siaga hipertensi. Selanjutnya, kegiatan lanjutan ialah pelatihan bagi komunitas terkait tata cara pengukuran tekanan darah, sehingga masyarakat bisa melaksanakan pemantauan rutin dengan memeriksakan tekanan darah kepada komunitas tersebut. Monitoring dan evaluasi dilaksanakan secara berkala melalui observasi menggunakan lembar ceklis serta wawancara dengan komunitas siaga hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada kegiatan pengabdian ini, dilaksanakan serangkaian aktivitas yang mencakup pembentukan kader, penyuluhan, dan pelatihan kader dalam komunitas Siaga Hipertensi. Berdasarkan kegiatan tersebut, tercatat partisipasi dari 19 warga Desa Tiwingan Lama RT 02 dalam penyuluhan, di mana 10 di antaranya menjadi bagian dari komunitas Siaga Hipertensi. Penyuluhan ini mempunyai tujuan untuk menambah pemahaman serta kesadaran masyarakat terkait penyakit hipertensi, sehingga bisa membentuk perilaku dan sikap yang lebih baik dalam pencegahan dan penanganan hipertensi. Perilaku kesehatan baik bagi individu, kelompok hingga masyarakat dapat dipengaruhi dengan pelaksanaan edukasi kesehatan. Salah satu bentuk edukasi kesehatan adalah melalui penyuluhan, di mana pesan-pesan kesehatan disampaikan untuk meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan pemahaman masyarakat. Tujuannya agar mereka terpengaruh dan termotivasi untuk mengikuti anjuran atau rekomendasi yang bermanfaat bagi kesehatan (Riskiyah & Rachmawati, 2021).

Langkah berikutnya setelah memberikan penyuluhan kepada masyarakat ialah mengevaluasi hasil, efek, atau dampak program untuk memverifikasi pencapaian target yang telah ditetapkan. Hasil dari kegiatan penyuluhan ini dapat diketahui dari peningkatan pemahaman masyarakat setelah mengikuti penyuluhan. Untuk mengukur hasil dari kegiatan ini, dilaksanakan uji *post-test* dan *pre-test* pada peserta penyuluhan. Skor sebelum penyuluhan (*pre-test*) dibandingkan dengan skor sesudah penyuluhan (*post-test*). Berikut ialah hasil uji *post-test* dan *pre-test* pada kegiatan penyuluhan.

Tabel 1. Hasil *Pre Post Test* Peserta

No	<i>Pre-test</i> (%)	<i>Post-test</i> (%)	Keterangan
1.	70	100	Meningkat
2.	20	80	Meningkat
3.	80	100	Meningkat
4.	80	90	Meningkat
5.	80	100	Meningkat
6.	80	100	Meningkat
7.	80	90	Meningkat
8.	90	100	Meningkat
9.	90	100	Meningkat
10.	90	100	Meningkat
11.	80	90	Meningkat
12.	80	100	Meningkat
13.	90	100	Meningkat
14.	70	90	Meningkat
15.	70	80	Meningkat
16.	90	100	Meningkat

Pemberdayaan masyarakat di desa Tiwingan: penyuluhan dan pembentukan komunitas siaga hipertensi terhadap pemantauan tekanan darah

No	Pre-test (%)	Post-test (%)	Keterangan
17.	80	90	Meningkat
18.	70	90	Meningkat
19.	60	80	Meningkat

sumber: Hasil Intervensi PBL II Mahasiswa PSKM FK ULM Tahun 2023

Dari tabel 1, bisa dipahami jika terjadi peningkatan pemahaman sebesar 100% sesudah dilaksanakan penyuluhan kepada 19 orang.

Penyuluhan hipertensi dapat diketahui efektivitasnya terhadap pengetahuan masyarakat yang dihitung dengan rumus gain skor ternormalisasi (*normalized gain score*) yang di kembangkan oleh Meltzer. Berdasarkan rumus yang diperkenalkan Hake pada tahun 1999, kenaikan atau peningkatan suatu nilai dapat dikuantifikasi menggunakan perhitungan gain ternormalisasi (g) dengan formula sebagai berikut:

$$N-Gain = \frac{Skor\ Postest - Skor\ Pretest}{Skor\ Ideal - Skor\ Pretest} \quad (1)$$

Tabel 2. Hasil Nilai *N-Gain* Peserta

No	Pre-test (%)	Post-test (%)	<i>N-Gain</i>	<i>N-Gain</i> (%)
1.	70	100	1,00	100
2.	20	80	0,75	75
3.	80	100	1,00	100
4.	80	90	0,50	50
5.	80	100	1,00	100
6.	80	100	1,00	100
7.	80	90	0,50	50
8.	90	100	1,00	100
9.	90	100	1,00	100
10.	90	100	1,00	100
11.	80	90	0,50	50
12.	80	100	1,00	100
13.	90	100	1,00	100
14.	70	90	0,67	66,67
15.	70	80	0,33	33,33
16.	90	100	1,00	100
17.	80	90	0,50	50
18.	70	90	0,67	66,67
19.	60	80	0,50	50
			Rata-Rata	78,5
			Minimal	33,3
			Maksimal	100

sumber: Hasil Intervensi PBL II Mahasiswa PSKM FK ULM Tahun 2023

Pengelompokan nilai *N-gain* yang diperoleh dapat dilakukan baik berdasarkan nilai *N-Gain* itu sendiri maupun nilai *N-gain* dalam bentuk persentase (%). Kategorisasi nilai *Gain* dibagi menjadi beberapa kelompok sebagai berikut:

- Tinggi: nilai *N-gain* > 0,7
- Sedang: nilai *N-gain* 0,3 - 0,7
- Rendah: nilai *N-gain* < 0,3

Kategorisasi perolehan nilai *N-gain score* dalam bentuk persen (%) adalah sebagai berikut:

- Tidak efektif: nilai *N-gain* < 40%
- Kurang efektif: nilai *N-gain* 40-55%

Pemberdayaan Masyarakat di desa Tiwingan: Penyuluhan dan Pembentukan Komunitas Siaga Hipertensi terhadap Pemantauan Tekanan Darah

- c. Cukup efektif: nilai *N-gain* 56-75%
 d. Efektif: nilai: nilai *N-gain* >76%

Tabel 3. Hasil perolehan nilai *N-gain* Pre-Post Test

No	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
1.	Tinggi	11	57,89
2.	Sedang	8	42,11
3.	Rendah	0	0
	Total	19	100

sumber: Hasil Intervensi PBL II Mahasiswa PSKM FK ULM Tahun 2023

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa sebanyak 11 responden (57,89%) mendapat nilai dengan kategori tinggi, kemudian sebanyak 8 responden (42,11%) mendapatkan nilai dengan kategori cukup, pengkategorian nilai tersebut diambil berdasarkan perolehan nilai *N-gain score*.

Berdasarkan hasil uji *N-gain* yang telah dilakukan, diperoleh rata-rata nilai *N-gain* sebesar 78,5% yang dikategorikan sebagai efektif. Adapun nilai *N-gain* terendah adalah 33,3% dan nilai *N-gain* tertinggi mencapai 100%. Hal tersebut membuktikan bahwa kegiatan penyuluhan efektif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait hipertensi.

Uji distribusi normal merupakan pengujian untuk mengevaluasi apakah data yang dimiliki terdistribusi secara normal atau tidak. Hal ini penting untuk menentukan apakah data tersebut dapat digunakan dalam analisis statistik parametrik (statistik inferensial). Terdapat beberapa jenis uji yang umumnya digunakan untuk menguji kenormalan data, seperti uji Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk. Dalam kasus ini, uji Shapiro-Wilk dipilih karena dianggap lebih akurat jika jumlah subjek yang dimiliki kurang dari 50.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas *pre* dan *post test*

No	Kategori	df	sig
1.	Nilai <i>pre test</i>	19	0,00
2.	Nilai <i>post test</i>	19	0,00

sumber: Hasil Intervensi PBL II Mahasiswa PSKM FK ULM Tahun 2023

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa nilai *pre test* dan nilai *post test* tidak berdistribusi normal. Sehingga uji dilanjutkan dengan uji Wilcoxon Rank. Berikut adalah hasil analisis deskriptif pada nilai *pre* dan *post test*.

Tabel 5. Deskriptif Statistik *pre* dan *post test*

No.	Kategori	Minimum	Maksimum	Rata-rata
1.	Nilai <i>pre test</i>	20	90	76,31
2.	Nilai <i>post test</i>	80	100	93,68

sumber: Hasil Intervensi PBL II Mahasiswa PSKM FK ULM Tahun 2023

Berdasarkan tabel 5 bisa dipahami jika nilai rerata pada *pre test* ialah 76,31 dengan nilai terendah ialah 20 serta nilai paling tinggi yakni 90. Sementara dalam *post test* nilai rata-ratanya ialah 93,68 dengan nilai paling tingginya yakni 100 serta nilai terendahnya ialah 80. Jika dilihat berdasarkan perbedaan rerata pada *post test* serta *pre test* maka ada penambahan pemahaman pada warga setelah dilaksanakan penyuluhan. Bertambahnya pemahaman masyarakat setelah dilaksanakan penyuluhan membuktikan bahwa kegiatan penyuluhan merupakan kegiatan yang efektif terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat di Desa Tiwingan Lama RT 02. Selain itu, hasil analisis Uji Wilcoxon memperkuat hasil dari keberhasilan kegiatan penyuluhan, analisis Uji Wilcoxon diuraikan melalui Tabel 2.

Pemberdayaan masyarakat di desa Tiwingan: penyuluhan dan pembentukan komunitas siaga hipertensi terhadap pemantauan tekanan darah

Tabel 6. Hasi Uji Wilcoxon

No	Test Statistik	df
1.	Z	-3,912 ^b
2.	Sig	0,00

Berdasarkan hasil Uji Wilcoxon pada tabel dapat dilihat bahwa nilai sig $0,00 < 0,05$, sehingga H_0 ditolak yang artinya ada perbedaan peningkatan pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah dilaksanakannya penyuluhan hipertensi.

Hal ini konsisten dengan studi yang dilaksanakan oleh Hamzah pada tahun 2022 yang menunjukkan bahwa penyuluhan menghasilkan peningkatan pengetahuan peserta mengenai hipertensi, yang tercermin dalam perbedaan skor pengetahuan rerata antara post-test serta pre-test (Rahmawati Hamzah, Nurul Hikma Saleh, & Hamzah, 2022). Selain itu, penelitian yang dilaksanakan oleh Umah dkk tahun 2023 juga menyatakan bahwa kegiatan penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta terkait pencegahan dan pengendalian hipertensi (Umah et al., 2024). Semakin tinggi pengetahuan pasien mengenai hipertensi, semakin baik perilaku mereka dalam mengatur hipertensi dengan demikian tekanan darah tetap stabil. Pemahaman pasien terkait hipertensi juga mempengaruhi ketaatan mereka untuk menjalani pengobatan (Alamsyah, Ikhtiaruddin, Priwahyuni, & Purba, 2021).

Kegiatan penyuluhan mengenai hipertensi berdampak pada peningkatan pengetahuan masyarakat. Pengetahuan ialah hasil dari informasi yang diperoleh seseorang setelah melaksanakan pengamatan pada sebuah objek. Pengamatan tersebut melalui indera manusia, seperti peraba, perasa, penciuman, pendengaran, serta penglihatan. Kebanyakan informasi yang diterima manusia didapat dari penglihatan serta pendengaran (Sabriana, Riyandani, Wahyuni, & Akib, 2022). Pengetahuan termasuk domain yang krusial dalam membentuk tindakan seseorang. Penyuluhan kesehatan ialah upaya untuk menangani masalah kesehatan di masyarakat, yang melibatkan proses pembelajaran untuk mencapai tujuan tertentu. Ini melibatkan upaya untuk merubah keterampilan, kebiasaan, sikap, serta pengetahuan masyarakat melalui bantuan, pengaruh, dan motivasi. Edukasi mengenai hipertensi melalui penyuluhan bisa memberdayakan warga untuk mengenali masalah hipertensi, mengidentifikasi risiko, dan melaksanakan langkah-langkah pencegahan secara mandiri (Rahmawati Hamzah et al., 2022).

Dalam upaya meningkatkan pengetahuan masyarakat melalui penyuluhan, media memiliki peran penting dalam mendukung keberlangsungan kegiatan. Keberhasilan penyuluhan juga dipengaruhi oleh penggunaan media yang efektif. Berdasarkan gambar 1 dapat dilihat bahwa diantara media yang digunakan ialah poster, yang berisi informasi mengenai hipertensi, gejala, faktor risiko, dan langkah pencegahannya. Berikut ialah gambar poster yang digunakan.

**Gambar 1.** Poster

Pemberdayaan Masyarakat di desa Tiwingan: Penyuluhan dan Pembentukan Komunitas Siaga Hipertensi terhadap Pemantauan Tekanan Darah

Selain poster, dapat dilihat berdasarkan gambar 2 media lain yang dipergunakan ialah *booklet* yang berisi materi mengenai pengertian hipertensi, pencegahan dan pengobatan, tanda serta gejala, dan penyebab atau faktor risiko hipertensi. Berikut adalah gambar media booklet.



Gambar 2. Booklet

Tahap berikutnya setelah penyuluhan ialah pembentukan kader untuk komunitas siaga hipertensi. Tim mahasiswa memberi kesempatan pada masyarakat untuk melakukan pendaftaran sebagai anggota komunitas ini. Dari proses pendaftaran, terpilih 10 orang yang bergabung dalam komunitas siaga hipertensi. Anggota komunitas ini bertugas mengedukasi masyarakat mengenai hipertensi, meningkatkan kesadaran akan pentingnya pemeriksaan tekanan darah, dan memfasilitasi pemeriksaan tekanan darah gratis di Desa Tiwingan Lama RT 02.



Gambar 3. Pelatihan Kader (Komunitas Siaga Hipertensi)

Kegiatan ini terus dilaksanakan secara rutin dengan memantau dan mengevaluasi kinerja para kader setiap bulan. Para kader ialah anggota masyarakat yang memiliki hubungan terdekat dengan warga. Peran aktif kader dalam upaya pengendalian hipertensi, khususnya dalam meningkatkan kesadaran akan kesehatan dan mendorong gaya hidup sehat, sangat penting untuk mencegah peningkatan risiko serta tingkat keparahan terkait hipertensi (Setyaningsih & Ningsih, 2019). Berdasarkan gambar 3 dapat dilihat bahwa diadakan pelatihan pengukuran tekanan darah kepada komunitas siaga hipertensi dengan tujuan melatih kompetensi mereka dalam melaksanakan

Pemberdayaan masyarakat di desa Tiwingan: penyuluhan dan pembentukan komunitas siaga hipertensi terhadap pemantauan tekanan darah

pengukuran tekanan darah kepada masyarakat sekitar. Pengukuran tekanan darah secara mandiri disarankan untuk mengendalikan hipertensi terhadap penderita. Dalam kasus ini, masyarakat yang merupakan penderita hipertensi dapat lebih mudah mendapatkan pemantauan tekanan darahnya, terlebih berdasarkan kondisi geografis yang menyebabkan akses terbatas ke layanan kesehatan (Riskiyah & Rachmawati, 2021).

Dalam melaksanakan program intervensi PBL II di Desa Tiwingan Lama RT 02 Kecamatan Aranio menghadapi beberapa hambatan. Pertama, partisipasi masyarakat masih rendah, sehingga jumlah peserta penyuluhan belum mencapai target yaitu sebanyak 30 orang. Hal ini berdampak pada penyebaran pengetahuan mengenai hipertensi yang disampaikan oleh pihak puskesmas sebagai petugas yang memberikan penyuluhan, sehingga pemaparan tidak merata di antara seluruh warga. Untuk mengatasi hal ini, kader komunitas Siaga Hipertensi berperan dalam mengedukasi masyarakat lainnya mengenai hipertensi, dengan harapan bisa meningkatkan pengetahuan dan kesadaran di seluruh Desa Tiwingan Lama RT 02. Berikut ialah dokumentasi penyuluhan dengan beberapa peserta di Desa Tiwingan Lama RT 02.



Gambar 4. Kegiatan Penyuluhan Hipertensi

Kegiatan intervensi penyuluhan ini menghasilkan output yakni bertambahnya pemahaman masyarakat setelah mengikuti sesi penyuluhan. Sementara itu, output dari pembentukan komunitas ialah kesediaan masyarakat untuk menjadi anggota komunitas Siaga Hipertensi, yang bertanggung jawab memberikan edukasi terkait hipertensi serta memberi fasilitas pemeriksaan tekanan darah dengan rutin.

Penulis berterima kasih untuk semua pihak yang membantu kesuksesan kegiatan ini, termasuk Warga Desa Tiwingan Lama RT. 02, Aparat Desa Tiwingan Lama RT. 02, Puskesmas Aranio, Kabupaten Banjar, Kader Kesehatan, anggota komunitas Siaga Hipertensi dan Pengurus Pos Siaga Hipertensi Desa Tiwingan Lama RT.02, serta semua yang turut membantu. Kerjasama ini sangat berarti bagi masyarakat.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pemberdayaan masyarakat dilaksanakan secara luring di MIN 3 Banjar Desa Tiwingan Lama RT 02 Kecamatan Aranio. Intervensi yang dilaksanakan berupa penyuluhan dan pembentukan komunitas siaga hipertensi sebagai upaya peningkatan pengetahuan, kesadaran, sikap, perilaku dan kemandirian masyarakat Desa Tiwingan Lama RT 02, penyuluhan ini disajikan dengan metode yang interaktif dan mudah dipahami oleh masyarakat. Kegiatan pemberdayaan masyarakat ini menghasilkan *output* berupa adanya peningkatan menurut hasil *post-test* serta *pre-test* yang sudah diisi. Di samping itu, masyarakat umum yang sudah bersedia menjadi komunitas siaga hipertensi harapannya bisa ikut aktif membantu masyarakat Desa Tiwingan Lama RT 02 untuk melaksanakan

Pemberdayaan Masyarakat di desa Tiwingan: Penyuluhan dan Pembentukan Komunitas Siaga Hipertensi terhadap Pemantauan Tekanan Darah

pemantauan tekanan darah secara rutin dan menumbuhkan bentuk waspada serta peduli terhadap Hipertensi.

Saran yang diperlukan terhadap kegiatan ini ialah dengan penyuluhan rutin dan luas untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pemeriksaan tekanan darah, dan juga memperkuat komunitas siaga hipertensi melalui pelatihan tata cara pengukuran tekanan darah dan edukasi hipertensi. Selain itu, evaluasi berkala perlu dilaksanakan, serta keterlibatan lebih banyak pihak seperti lembaga pemerintah, puskesmas, dan organisasi non-profit juga penting.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih penulis ucapkan kepada masyarakat Desa Tiwingan Lama RT. 02 yang telah berpartisipasi dalam kegiatan ini, aparat Desa Tiwingan Lama RT. 02 yang telah memberikan izin dan dukungan penuh dalam pelaksanaan kegiatan ini. Bantuan dan kerja sama dari aparat desa sangat membantu dalam kelancaran pelaksanaan kegiatan kami di lapangan. Puskesmas Aranio, Kabupaten Banjar yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan berupa sumbangsih tenaga dan pikiran dalam pelaksanaan kegiatan kami. Dukungan dari pihak puskesmas menjadi kekuatan besar bagi kami untuk melakukan kegiatan promosi kesehatan berupa penyuluhan kepada masyarakat di Desa Tiwingan Lama RT. 02, adapun kader kesehatan dan pengurus pos siaga hipertensi Desa Tiwingan Lama RT.02 yang telah bekerja sama dalam setiap tahapan kegiatan intervensi, serta beberapa pihak yang membantu dalam melaksanakan kegiatan ini. Kami menyadari bahwa keberhasilan kegiatan ini tidak lepas dari peran serta beberapa pihak lain yang mungkin tidak dapat kami sebutkan satu per satu. Semoga kerja sama dan dukungan yang telah terjalin dapat terus berlanjut di masa mendatang untuk kegiatan-kegiatan lainnya yang akan membantu meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

DAFTAR RUJUKAN

- Alamsyah, A., Ikhtiaruddin, Priwahyuni, Y., & Purba, C. (2021). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Dalam Pencegahan Hipertensi Serta Pengukuran Tekanan Darah Untuk Deteksi Dini Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, 1(1).
- Ariyanti, R., Preharsini, I. A., & Sipolio, B. W. (2020). Edukasi Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 74–82. <https://doi.org/10.35914/tomaega.v3i2.369>
- Ekawati, A., Sampurno, E., & Rofiyati, W. (2021). Hambatan dan Dukungan Dalam Manajemen Diri pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Melati II. *Jurnal Perawat Indonesia*, 5(3), 813–826.
- Griana, T. P., Rachma, L. N., & Gaffar, H. D. (2021). Pembentukan dan Pelatihan Kader Posbindu PTM Berbasis Masjid di Kecamatan Turen Kabupaten Malang. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 5(2), 211–216. <https://doi.org/10.30595/jppm.v5i2.7473>
- Nelwan, J. E. (2019). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Perubahan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi di Kota Manado. *Journal PHWB*, 1(2), 1–7.
- Nuraisyah, F., & Kusumo, H. R. (2021). Edukasi Pencegahan dan Penanganan Hipertensi Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Pada Lansia. *BAKTI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 35–38. <https://doi.org/10.51135/baktivol1iss2pp35-38>
- Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., & Budianto, A. (2020). Pola Konsumsi Garam dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1), 531–542. <https://doi.org/https://doi.org/10.52822/jwk.v5i1.120>
- Rahmawati Hamzah, S., Nurul Hikma Saleh, S., & Hamzah. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Melalui Metode Penyuluhan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kasih Stikes Dirgahayu*, 3(2), 7–13. <https://doi.org/https://doi.org/10.52841/jpmk.v3i2.234>
- Riana Sari, A. A., Pujianti, N., Anggraini, L., Bakhriansyah, M., & Firani, D. (2022). Giat Cerdik Sebagai Upaya Pengendalian Hipertensi pada Masyarakat Desa Sungai Cuka Kecamatan Satui Kabupaten Tanah Bumbu Provinsi Kalimantan Selatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 28(4), 386–391. <https://doi.org/https://doi.org/10.24114/jpkm.v28i4.41244>

Pemberdayaan masyarakat di desa Tiwingan: penyuluhan dan pembentukan komunitas siaga hipertensi terhadap pemantauan tekanan darah

- Riskiyah, & Rachmawati, E. (2021). Pencegahan Penyakit Hipertensi Melalui Penyuluhan Kesehatan dan Pelatihan Pengukuran Tekanan Darah Pada Kader PKK. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 312–319. <https://doi.org/10.31960/caradde.v4i2.1051>
- Sabrina, R., Riyandani, R., Wahyuni, R., & Akib, A. (2022). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 201–207. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.738>
- Sadewa, D. M. A. (2023). Enabling the Grass Root: Health Cadres Empowerment Program in Efforts to Prevent and Manage Hypertension in the Tanjung Sub-Village Community. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Indonesian Journal of Community Engagement)*, 9(3), 181. <https://doi.org/10.22146/jpkm.86250>
- Setyaningsih, R., & Ningsih, S. (2019). Pengaruh Motivasi, Dukungan Keluarga dan Peran Kader Terhadap Perilaku Pengendalian Hipertensi. *IJMS-Indonesian Journal On Medical Science*, 6(1), 79–85.
- Solehudin, & Herliana, I. (2022). Penyuluhan Manajemen Hipertensi pada Masa Pandemi Covid 19 di Masyarakat. *Empowerment: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 236–240. <https://doi.org/https://doi.org/10.25134/empowerment.v5i02.4775>
- Taamu, Dali, Muhsinah, S., & Bau, A. S. (2022). Promosi Kesehatan dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Keterampilan Menurunkan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 5–12. <https://doi.org/https://doi.org/10.37160/emass.v4i2.19>
- Tiara, U. I. (2020). Hubungan Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi. *Journal of Health Science and Physiotherapy*, 2(2), 167–171. <https://doi.org/10.35893/jhsp.v2i2.51>
- Umah, K., Zahroh, R., Kinarti, Y. M., Program,), Ners, S., Kesehatan, I., ... Keperawatan, S. I. (2024). Penyuluhan Hipertensi pada Lansia sebagai Upaya Mencegah dan Pengendalian Hipertensi di Posyandu Lansia di Desa Suci Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Nusantara*, 1(2), 132–136.