AKSI: Jurnal Pengabdian Masyarakat
Volume 1 Nomor 2 Oktober 2024: 92- 98

E-ISSN (Online): 3089-199X
DOI: 10.71024/aksi /2024/v1i2/110

Kenali Hipertensi: Ancaman Senyap terhadap Kesehatan Masyarakat di Desa Bukit Ranah Kabupaten Kampar

(*Understanding Hypertension: A Silent Threat to Public Health in Bukit Ranah Village, Kampar Regency*)

Sri Yanti[1*], Viendhy Najwadela[2], Adhya Ira Kholifatul[3], Chelsi Aulia Putri[4]

[1]Fakultas Keperawatan, Institut Kesehatan Payung Negeri, Kota Pekanbaru, Riau
[2]Program Studi Kebidanan Institut Kesehatan Payung Negeri, Kota Pekanbaru, Riau
[3]Program Studi Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Payung Negeri, Kota Pekanbaru, Riau
[4]Program Studi D3 Keperawatan, Institut Kesehatan Payung Negeri, Kota Pekanbaru, Riau

Article History
Received: 1 Oktober 2024
Revised: 12 Oktober 2024
Accepted: 30 Oktober 2024

*Corresponding Author: Sri Yanti, email: sri.yanti@payungnegeri.ac.id

Abstract. *Hypertension is a non-communicable disease that is a public health problem due to its high prevalence and silent killer nature. Many people with hypertension are unaware of their condition until serious complications develop. This condition is even more risky in rural areas, including Bukit Ranah Village, Kampar District, Kampar Regency, which have limited access to information and routine health checks. This community service activity aims to increase public knowledge and awareness about hypertension, conduct early detection through blood pressure checks, and encourage the adoption of healthy lifestyles to prevent and control hypertension at the village level. The methods used include participatory planning with village officials and health cadres, health education using interactive lectures and discussions, and blood pressure checks using digital sphygmomanometers. The activity targets adults and the elderly. Evaluation was carried out through participant observation, Q&A sessions to assess understanding, and recording blood pressure test results. The results of the activity showed an increase in public knowledge and awareness about hypertension, its risk factors, and the importance of regular blood pressure checks. This activity also successfully identified several participants with previously undetected high blood pressure. Overall, this community service activity provides tangible benefits to the community by increasing health awareness and supporting sustainable hypertension prevention efforts in Bukit Ranah Village.*

Keyword: *Hypertension, Community Service, Early Detection, Health Education, Blood Pressure Screening.*

Abstrak. Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan masyarakat karena prevalensinya yang tinggi dan sifatnya sebagai silent killer. Banyak penderita hipertensi tidak menyadari kondisi kesehatannya hingga muncul komplikasi serius. Kondisi ini semakin berisiko di wilayah pedesaan, termasuk Desa Bukit Ranah Kecamatan Kampar Kabupaten Kampar, yang memiliki keterbatasan akses informasi dan pemeriksaan kesehatan rutin. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai hipertensi, melakukan deteksi dini melalui pemeriksaan tekanan darah, serta mendorong penerapan perilaku hidup sehat guna mencegah dan mengendalikan hipertensi di tingkat desa. Metode yang digunakan meliputi perencanaan partisipatif bersama perangkat desa dan kader kesehatan, edukasi kesehatan menggunakan ceramah interaktif dan diskusi, serta pemeriksaan tekanan darah menggunakan tensimeter digital. Sasaran kegiatan adalah masyarakat dewasa dan lanjut usia. Evaluasi dilakukan melalui pengamatan partisipasi peserta, tanya jawab untuk menilai pemahaman, serta pencatatan hasil pemeriksaan tekanan darah. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang hipertensi, faktor risiko, serta pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Kegiatan ini juga berhasil mengidentifikasi beberapa peserta dengan tekanan darah di atas normal yang sebelumnya belum terdeteksi. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini memberikan manfaat nyata bagi masyarakat dalam meningkatkan kesadaran

E-ISSN (Online): 3089-199X
DOI: 10.71024/aksi /2024/v1i2/110

kesehatan dan mendukung upaya pencegahan hipertensi secara berkelanjutan di Desa Bukit Ranah.

Kata Kunci: Hipertensi, Pengabdian kepada Masyarakat, Deteksi Dini, Edukasi Kesehatan, Skrining Tekanan Darah

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi penyebab utama kematian dini dan kecacatan di dunia. Penyakit ini sering disebut sebagai *silent killer* karena dapat berkembang tanpa gejala yang jelas, namun berisiko tinggi menyebabkan penyakit kardiovaskular, stroke, dan gagal ginjal (World Health Organization [WHO], 2021). Studi global juga menunjukkan bahwa hipertensi merupakan faktor risiko dominan terhadap beban penyakit kardiovaskular, terutama di negara berkembang dengan sistem kesehatan yang terbatas (Mills et al., 2020).

Secara global, lebih dari 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun hidup dengan hipertensi, dan hampir setengahnya tidak mengetahui status kesehatannya (WHO, 2021). Di Indonesia, Survei Status Kesehatan Indonesia (SSKI) menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi salah satu penyakit terbanyak pada kelompok usia dewasa dan lanjut usia, serta menjadi penyebab utama kunjungan ke fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Penelitian di wilayah pedesaan menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi cenderung tinggi seiring dengan rendahnya kesadaran masyarakat terhadap pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Studi komunitas pedesaan di negara berkembang menemukan bahwa sebagian besar penderita hipertensi belum terdiagnosis akibat keterbatasan akses layanan kesehatan dan rendahnya literasi kesehatan (Kibrige et al., 2022). Kondisi ini relevan dengan karakteristik masyarakat desa di Indonesia, termasuk Desa Bukit Ranah Kecamatan Kampar Kabupaten Kampar.

Meskipun banyak penelitian telah membahas hipertensi dari aspek klinis dan epidemiologis, masih terdapat kesenjangan penelitian terkait intervensi promotif dan preventif berbasis masyarakat desa. Sebagian besar penelitian berfokus pada angka prevalensi dan faktor risiko, sementara pendekatan edukasi kontekstual dan partisipatif di tingkat desa masih terbatas, khususnya yang mengaitkan kondisi sosial budaya masyarakat lokal (Sari et al., 2021).

Kebaruan dari artikel ini terletak pada pendekatan edukasi kesehatan yang dikombinasikan dengan deteksi dini hipertensi secara langsung di masyarakat desa. Pendekatan ini menyesuaikan materi edukasi dengan kebiasaan dan pola hidup masyarakat setempat, sehingga diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan penerimaan masyarakat terhadap pesan kesehatan (Putra et al., 2022).

Selain itu, kegiatan ini melibatkan peran aktif masyarakat dan kader kesehatan desa sebagai agen perubahan dalam pencegahan hipertensi. Keterlibatan komunitas terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran kesehatan dan keberlanjutan program pencegahan penyakit tidak Pentingnya kegiatan pengenalan hipertensi di Desa Bukit Ranah didasarkan pada tingginya risiko komplikasi akibat keterlambatan diagnosis dan pengendalian penyakit. Edukasi dan deteksi dini hipertensi dapat menurunkan risiko komplikasi jangka panjang serta mengurangi beban biaya kesehatan bagi individu dan keluarga (Rahmawati & Nugroho, 2021).

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran

E-ISSN (Online): 3089-199X
DOI: 10.71024/aksi /2024/v1i2/110

masyarakat Desa Bukit Ranah Kecamatan Kampar Kabupaten Kampar mengenai hipertensi sebagai ancaman senyap bagi kesehatan masyarakat, mendorong perilaku hidup sehat, serta meningkatkan upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi secara berkelanjutan di tingkat desa.

METODE PENELITIAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Bukit Ranah Kecamatan Kampar Kabupaten Kampar dengan sasaran utama masyarakat dewasa dan lanjut usia yang memiliki risiko hipertensi. Tahap awal kegiatan meliputi koordinasi dengan perangkat desa, kader kesehatan, dan pihak puskesmas setempat untuk menentukan waktu, lokasi, serta jumlah peserta kegiatan. Perencanaan kegiatan disusun berdasarkan pendekatan partisipatif agar masyarakat terlibat aktif sejak awal pelaksanaan. Metode ini sejalan dengan konsep pengabdian masyarakat berbasis komunitas yang menekankan kolaborasi antara akademisi dan masyarakat lokal dalam mengatasi masalah kesehatan (Putra et al., 2022). Selain itu, identifikasi kebutuhan masyarakat dilakukan melalui diskusi singkat dan observasi lapangan guna menyesuaikan materi edukasi hipertensi dengan kondisi sosial dan kebiasaan masyarakat setempat. Pendekatan perencanaan yang sistematis dan berbasis kebutuhan ini dinilai efektif dalam meningkatkan relevansi dan keberhasilan program promotif dan preventif di masyarakat pedesaan (Prasetyo et al., 2023).

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui dua metode utama, yaitu edukasi kesehatan dan deteksi dini hipertensi. Edukasi kesehatan disampaikan menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi, dan media visual sederhana yang membahas pengertian hipertensi, faktor risiko, dampak komplikasi, serta cara pencegahan melalui pola hidup sehat. Metode edukasi ini dipilih karena terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap penyakit tidak menular (Rahmawati & Nugroho, 2021). Selanjutnya, dilakukan pemeriksaan tekanan darah menggunakan alat tensimeter digital oleh tim pengabdian yang dibantu kader kesehatan desa. Hasil pemeriksaan disampaikan langsung kepada peserta disertai penjelasan mengenai kategori tekanan darah dan saran tindak lanjut. Kombinasi edukasi dan pemeriksaan langsung merupakan strategi yang direkomendasikan dalam program pencegahan hipertensi berbasis komunitas karena dapat meningkatkan kesadaran status kesehatan secara nyata (WHO, 2021).

Evaluasi kegiatan dilakukan untuk menilai efektivitas pelaksanaan dan pencapaian tujuan pengabdian. Evaluasi meliputi pengukuran peningkatan pengetahuan masyarakat melalui tanya jawab sebelum dan sesudah edukasi, serta analisis hasil pemeriksaan tekanan darah peserta. Data hasil kegiatan dicatat dan dianalisis secara deskriptif untuk memberikan gambaran kondisi hipertensi di Desa Bukit Ranah. Selain itu, umpan balik dari peserta dan kader kesehatan digunakan sebagai bahan evaluasi kualitatif guna memperbaiki pelaksanaan kegiatan serupa di masa mendatang. Tindak lanjut kegiatan dilakukan dengan mendorong kader kesehatan desa untuk melakukan pemantauan tekanan darah secara berkala dan menyampaikan edukasi lanjutan kepada masyarakat. Pendekatan keberlanjutan ini penting untuk memastikan dampak jangka panjang dari kegiatan pengabdian dan mendukung pengendalian hipertensi secara berkelanjutan di tingkat komunitas (Sari et al., 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema pengenalan hipertensi di Desa Bukit Ranah menunjukkan bahwa pendekatan edukatif berbasis komunitas dapat diterima

E-ISSN (Online): 3089-199X
DOI: 10.71024/aksi /2024/v1i2/110

dengan baik oleh masyarakat. Selama kegiatan berlangsung, masyarakat tampak antusias mengikuti penyuluhan dan pemeriksaan tekanan darah, terutama karena materi disampaikan dengan bahasa sederhana dan relevan dengan kehidupan sehari-hari. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa intervensi kesehatan berbasis komunitas efektif meningkatkan partisipasi masyarakat dalam pencegahan penyakit tidak menular, khususnya hipertensi (Santoso et al., 2020). Keterlibatan aktif masyarakat menjadi indikator awal keberhasilan kegiatan promotif dan preventif di wilayah pedesaan.

Hasil pemeriksaan tekanan darah menunjukkan bahwa sebagian peserta memiliki tekanan darah di atas nilai normal, namun belum pernah didiagnosis sebelumnya. Hal ini memperkuat konsep hipertensi sebagai silent disease yang sering tidak disadari penderitanya. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa skrining tekanan darah di tingkat komunitas mampu mengidentifikasi kasus hipertensi tersembunyi secara signifikan (Zhou et al., 2021). Dengan adanya deteksi dini melalui kegiatan ini, masyarakat memperoleh informasi awal mengenai kondisi kesehatannya dan dapat segera melakukan langkah pencegahan atau rujukan ke fasilitas kesehatan.



Gambar 1. Proses awal sebelum mulai kegiatan pengabdian

Hipertensi didefinisikan sebagai kondisi tekanan darah sistolik ≥140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥90 mmHg yang diperoleh dari hasil pengukuran berulang. Secara etiologis, hipertensi dibedakan menjadi hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Hipertensi primer merupakan jenis yang paling sering ditemukan dan berkaitan erat dengan faktor genetik serta gaya hidup. Faktor risiko hipertensi meliputi faktor yang tidak dapat

E-ISSN (Online): 3089-199X
DOI: 10.71024/aksi /2024/v1i2/110

dimodifikasi, seperti usia, jenis kelamin, dan riwayat keluarga, serta faktor yang dapat dimodifikasi, antara lain obesitas, konsumsi garam berlebih, kebiasaan merokok, kurang aktivitas fisik, dan stres. Interaksi berbagai faktor tersebut berkontribusi terhadap peningkatan resistensi perifer dan gangguan regulasi tekanan darah.

Secara patofisiologis, hipertensi melibatkan peran sistem saraf simpatis, sistem renin-angiotensin-aldosteron, serta fungsi ginjal dan pembuluh darah. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung kronik dapat menyebabkan perubahan struktural dan fungsional pada organ target, seperti hipertrofi ventrikel kiri, aterosklerosis, stroke, gagal ginjal kronik, dan retinopati hipertensi.

Penatalaksanaan hipertensi bertujuan untuk menurunkan tekanan darah hingga mencapai target yang ditetapkan serta mencegah terjadinya komplikasi. Pendekatan nonfarmakologis meliputi modifikasi gaya hidup, seperti penerapan diet rendah garam, peningkatan aktivitas fisik, penurunan berat badan, dan pengelolaan stres. Apabila pengendalian tekanan darah belum tercapai, maka diperlukan terapi farmakologis dengan obat antihipertensi yang disesuaikan dengan kondisi klinis pasien.

Peningkatan pengetahuan masyarakat setelah kegiatan terlihat dari kemampuan peserta menjelaskan kembali faktor risiko dan cara pencegahan hipertensi. Edukasi yang dikombinasikan dengan diskusi interaktif terbukti lebih efektif dibandingkan penyuluhan satu arah. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Widyastuti et al. (2022) yang menyebutkan bahwa metode edukasi partisipatif dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat terhadap penyakit kronis. Dengan meningkatnya pengetahuan, masyarakat diharapkan mampu mengenali tanda risiko lebih awal dan menerapkan pola hidup sehat secara mandiri.

Manfaat lain dari kegiatan ini adalah meningkatnya kesadaran masyarakat akan pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Sebelum kegiatan, sebagian besar peserta menganggap pemeriksaan tekanan darah hanya perlu dilakukan ketika mengalami keluhan. Setelah kegiatan, masyarakat memahami bahwa pemeriksaan rutin penting meskipun tanpa gejala. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Lee et al. (2020) yang menyatakan bahwa peningkatan literasi kesehatan berperan penting dalam perubahan perilaku pencegahan hipertensi. Kesadaran ini menjadi modal utama dalam pengendalian hipertensi jangka panjang.



Gambar 2. Sesi dokumentasi kegiatan

E-ISSN (Online): 3089-199X
DOI: 10.71024/aksi /2024/v1i2/110

Kegiatan ini juga memberikan manfaat sosial dengan memperkuat peran kader kesehatan desa sebagai penggerak kesehatan masyarakat. Kader yang terlibat memperoleh pengalaman langsung dalam pemeriksaan tekanan darah dan penyampaian pesan kesehatan. Penelitian oleh Rahman et al. (2021) menunjukkan bahwa pemberdayaan kader kesehatan dapat meningkatkan keberlanjutan program kesehatan di tingkat desa. Dengan adanya kader yang terlatih, edukasi dan pemantauan hipertensi dapat terus dilakukan meskipun kegiatan pengabdian telah selesai.

Dari sisi pencegahan penyakit, kegiatan ini berkontribusi dalam menurunkan risiko komplikasi hipertensi melalui peningkatan kesadaran dan perubahan perilaku. Penelitian longitudinal menunjukkan bahwa intervensi gaya hidup seperti pengurangan konsumsi garam, peningkatan aktivitas fisik, dan pengelolaan stres dapat menurunkan tekanan darah secara signifikan (Nguyen et al., 2022). Informasi ini disampaikan dalam kegiatan sehingga masyarakat memiliki panduan praktis untuk menjaga kesehatan secara berkelanjutan.

Kegiatan pengabdian ini juga mendukung upaya pemerintah dalam pengendalian penyakit tidak menular di tingkat primer. Integrasi antara edukasi, skrining, dan rujukan sejalan dengan strategi promotif dan preventif yang direkomendasikan dalam pelayanan kesehatan primer. Studi oleh Almeida et al. (2023) menunjukkan bahwa pendekatan terpadu di komunitas dapat menurunkan beban layanan kesehatan sekunder akibat komplikasi hipertensi. Oleh karena itu, kegiatan ini memiliki dampak strategis dalam mendukung sistem kesehatan lokal.

Secara keseluruhan, kegiatan pengenalan hipertensi di Desa Bukit Ranah memberikan manfaat nyata bagi masyarakat dalam bentuk peningkatan pengetahuan, deteksi dini, dan perubahan sikap terhadap kesehatan. Pembahasan ini menegaskan bahwa pengabdian masyarakat berbasis edukasi dan partisipasi aktif mampu menjadi solusi efektif dalam menghadapi ancaman hipertensi di wilayah pedesaan. Temuan ini memperkuat hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa intervensi komunitas merupakan pendekatan yang berkelanjutan dan berdampak positif dalam pengendalian hipertensi (Kurniawan et al., 2024).

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai pengenalan hipertensi di Desa Bukit Ranah Kecamatan Kampar Kabupaten Kampar memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai hipertensi sebagai ancaman senyap bagi kesehatan. Melalui edukasi kesehatan dan deteksi dini tekanan darah, masyarakat mampu mengenali faktor risiko, pentingnya pemeriksaan rutin, serta langkah pencegahan yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini juga berhasil mengidentifikasi warga dengan tekanan darah tinggi yang sebelumnya belum terdeteksi. Secara keseluruhan, kegiatan ini berkontribusi dalam mendorong perilaku hidup sehat dan memperkuat upaya pencegahan hipertensi di tingkat masyarakat desa secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada DPL dan rekan-rekan yang telah mendukung dan membantu selama penyusunan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

Almeida, F., Silva, R., & Costa, M. (2023). Community-based interventions for hypertension control in primary health care settings. *Primary Health Care Research & Development, 24*, e15.

E-ISSN (Online): 3089-199X
DOI: 10.71024/aksi /2024/v1i2/110

https://doi.org/10.1017/S1463423623000015X

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Status Kesehatan Indonesia (SSKI) 2023*. Kementerian Kesehatan RI.

Kibrige, D., Semeere, A., Nantanda, R., & Mutungi, G. (2022). Prevalence, awareness, and control of hypertension in rural communities of low-income countries. *BMC Public Health, 22*(1), 1–9.

Kurniawan, D., Lestari, Y., & Handayani, S. (2024). Community engagement in hypertension prevention programs in rural areas. *Journal of Public Health Research, 13*(1), 227–235.

Lee, H. Y., Kim, J., & Park, S. (2020). Health literacy and hypertension management among adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(18), 1–12. https://doi.org/10.3390/ijerph17186729

Mills, K. T., Stefanescu, A., & He, J. (2020). The global epidemiology of hypertension. *Nature Reviews Nephrology, 16*(4), 223–237. https://doi.org/10.1038/s41581-019-0244-2

Nguyen, T. N., Chow, C. K., & Nguyen, Q. V. (2022). Lifestyle interventions for blood pressure reduction: A community-based study. *BMC Cardiovascular Disorders, 22*(1), 1–9.

Prasetyo, H., Wiyati, R., & Supadi. (2023). Pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan hipertensi melalui deteksi dini dan edukasi kesehatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan, 5*(2), 112–118.

Putra, A. K., Febriani, N., & Baruna, A. (2022). Edukasi dan skrining tekanan darah sebagai upaya pencegahan hipertensi di masyarakat desa. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat, 4*(1), 45–52.

Rahman, A., Hamzah, H., & Yusran, S. (2021). Empowering community health workers in non-communicable disease prevention. *Journal of Community Health, 46*(4), 812–819.

Rahmawati, D., & Nugroho, S. (2021). Dampak edukasi kesehatan terhadap pengendalian hipertensi di komunitas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 16*(3), 210–217.

Santoso, B., Widodo, A., & Pratiwi, N. L. (2020). Community participation in hypertension prevention programs. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional, 15*(2), 65–72.

Sari, T., Santoso, A. H., & Gunaidi, F. C. (2021). Tantangan pencegahan hipertensi berbasis komunitas di wilayah pedesaan. *Jurnal Kesehatan Komunitas, 7*(2), 89–97.

Widyastuti, R., Hidayat, A., & Putri, M. R. (2022). Participatory health education to improve hypertension awareness. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia, 17*(3), 145–153.

World Health Organization. (2021). *Hypertension*. WHO Press.

Zhou, B., Carrillo-Larco, R. M., & Danaei, G. (2021). Worldwide trends in hypertension screening and diagnosis. *The Lancet, 398*(10304), 957–980. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)01330-1