

## PENYULUHAN PENYAKIT HIPERTENSI DAN DIABETES: MENINGKATKAN PEMAHAMAN DAN KESADARAN MASYARAKAT DALAM MENANGGULANGI MASALAH KESEHATAN

Lilis Tuslinah<sup>1)</sup>, Miqdad Nurabdullah Al Anshari<sup>1)</sup>, Ilham Nufadilah<sup>1)</sup>, Naufal Sauqi<sup>1)</sup>, Childa Syundari<sup>1)</sup>, Asep Dani Ramadhan<sup>1)</sup>, Ikhal Muhamad Al-Haz<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup>Program Studi Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Bakti Tunas Husada, Tasikmalaya, Jawa Barat, Indonesia

Corresponding author : Miqdad Nurabdullah Al Anshari  
E-mail : mn.al.anshari@gmail.com

Diterima 21 Juni 2023, Direvisi 10 Juli 2023, Disetujui 17 Juli 2023

### ABSTRAK

Penyakit hipertensi dan diabetes telah menjadi masalah kesehatan global yang mendesak, termasuk di Desa Tarisi. Tingginya kasus hipertensi dan diabetes di Desa Tarisi menunjukkan adanya kebutuhan yang mendesak untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang penyakit ini. Oleh karena itu, dilakukan kegiatan penyuluhan dengan metode ceramah dan pengerjaan *pretest* serta *posttest* untuk meningkatkan pengetahuan peserta, yang meliputi ketua RT dan RW Desa Tarisi sebanyak 27 orang. Data statistik menunjukkan bahwa angka kejadian hipertensi dan diabetes di Desa Tarisi terus meningkat secara signifikan dalam beberapa tahun terakhir. Faktor-faktor risiko seperti pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, dan gaya hidup tidak seimbang telah berkontribusi pada tingginya prevalensi penyakit ini. Selain itu, rendahnya pemahaman mengenai faktor risiko, gejala, pencegahan, dan pengelolaan penyakit ini juga menjadi faktor yang memperburuk situasi. Hasil analisis data menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta setelah menerima penyuluhan. Pengetahuan peserta sebelum penyuluhan (*pretest*) sebesar 26%, sedangkan setelah penyuluhan (*posttest*) meningkat menjadi 63%. Peningkatan pengetahuan sebesar 39% ini menunjukkan efektivitas dari kegiatan penyuluhan tersebut.

**Kata kunci:** hipertensi; diabetes; pengetahuan; desa tarisi.

### ABSTRACT

Hypertension and diabetes have become pressing global health issues, including in Tarisi Village. The high cases of hypertension and diabetes in Tarisi Village indicate an urgent need to improve the knowledge and awareness of the community about these diseases. Therefore, counselling activities with lecture methods and pretest and posttest work were carried out to improve the knowledge of participants, which included 27 heads of RT and RW of Tarisi Village. Statistical data shows that the incidence of hypertension and diabetes in Tarisi Village has increased significantly in recent years. Risk factors such as unhealthy diet, lack of physical activity, and unbalanced lifestyle have contributed to the high prevalence of these diseases. In addition, a low understanding of the risk factors, symptoms, prevention and management of these diseases is also a factor that exacerbates the situation. The results of data analysis showed a significant increase in participants' knowledge after receiving counselling. Participants' knowledge before counselling (*pretest*) was 26%, while after counselling (*posttest*) it increased to 63%. This 39% increase in knowledge shows the effectiveness of the counselling activity.

**keywords:** hypertension; diabetes; knowledge; tarisi village.

### PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM) adalah penyakit atau kondisi medis yang tidak dapat ditularkan dari satu individu ke individu lainnya. Mayoritas PTM terjadi di negara berpendapatan rendah dan menengah. Berdasarkan data WHO, PTM merupakan penyebab dari 68% kematian di dunia pada tahun 2012. PTM merupakan tantangan dalam dunia kesehatan (Adhania et al., 2018). Secara global penyakit tidak menular (PTM) menjadi penyebab kematian nomor satu setiap tahunnya yaitu penyakit kardiovaskular.

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan paling banyak disandang masyarakat (Kemenkes, 2019).

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit gangguan metabolisme darah yang ditandai dengan hiperglikemia karena kekurangan hormon insulin, resistensi insulin, atau keduanya. Keadaan hiperglikemia kronis dari diabetes berhubungan dengan kerusakan jangka panjang, gangguan fungsi dan kegagalan berbagai organ, terutama mata,

ginjal, saraf, jantung, dan pembuluh darah (Balqis et al., 2022).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2018 menunjukkan angka prevalensi terjadinya hipertensi pada angka 34,1% yang meningkat cukup signifikan dari 2013 dengan persentase 25,8%, karakteristik kelompok umur 75 ke atas memiliki angka prevalensi tertinggi dengan persentase 69,5% dan terendah di kelompok umur 18-24 Tahun yaitu 13,2%. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2018 menyatakan kecenderungan prevalensi hipertensi berdasarkan pada hasil pengukuran pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun menurut karakteristik di Indonesia tahun 2018 (Kemenkes RI, 2018).

Prevalensi nasional kejadian diabetes melitus di Indonesia berdasarkan data Riskesmas (2018), yaitu mencapai 21,8%. Proporsi kejadian Diabetes Melitus di Indonesia menurut karakteristik jenis Kelamin perempuan lebih mendominasi jika dibandingkan dengan laki-laki, presentasi pada Perempuan 12,7% dan laki-laki 9,0% serta berdasarkan karakteristik kelompok umur 55-64 Tahun dan 65-74 lebih tinggi jika dibandingkan dengan lansia awal umur 45-54 tahun, pada umur 45-54 Tahun 14,4% kejadian Diabetes Melitus dan umur 55-64 Tahun serta 65-74 Tahun 19,6% kejadian diabetes melitus (Kemenkes RI, 2018).

Lansia di Desa Tarisi mendapatkan program "Posyandu Lansia" yang didampingi oleh Bidan Desa yang bekerja sama dengan para kader posyandu. Kerja sama yang terjalin ini merupakan suatu langkah awal untuk pencegahan dan penanggulangan hipertensi dan diabetes melitus di Desa Tarisi yang memfokuskan pada kelompok lansia. Pengetahuan pencegahan hipertensi dan diabetes melitus penting bagi penderita dan pihak keluarga untuk membantu menurunkan kasus terjadinya penyakit tersebut (Suprayitno & Huzaimah, 2020).

Kategori lansia dan manula yaitu laki-laki atau perempuan yang berkisar usia 45-65 ke atas. Pada usia yang rentan menjadikan lansia dan manula memiliki banyak faktor yang beresiko pada kesehatan jantung dan ginjal sehingga berpotensi mengidap hipertensi dan diabetes melitus (Anshari, 2020). Kesehatan jantung dan ginjal menjadi salah satu masalah terbanyak yang dialami dan penderita serta pihak keluarga kurang memperhatikan. Kurangnya wawasan dan pengetahuan pada penderita dan keluarga mengakibatkan rasa apatis terhadap diri sendiri dan orang terdekat akan bahaya yang akan dideritanya (Nugroho et al., 2022).

Kebiasaan-kebiasaan yang tidak baik seperti merokok dan tidak menjaga pola makan

serta pola tidur menjadikan organ tubuh terganggu seperti penyakit jantung dan ginjal pada lansia karena pola hidup dan usia. Pengaruh utama kebiasaan tidak sehat karena kurangnya pengetahuan, kesadaran, informasi (Puspa Sari et al., 2017). Selain itu kurangnya sosialisasi dari pemerintah setempat dan kurangnya arahan bimbingan keluarga terhadap kesehatan. Hal ini menjadi permasalahan utama yang mengakibatkan lansia banyak yang mengidap penyakit hipertensi dan diabetes.

Dengan adanya permasalahan di atas, maka dilakukanlah penyuluhan tentang penyakit hipertensi dan diabetes dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ketua RT dan RW Desa Tarisi sehingga dapat meminimalisir kasus hipertensi dan diabetes di Desa Tarisi.

## METODE

Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah Metode ceramah yang disampaikan kepada ketua RT dan RW di Desa Tarisi, Kecamatan Wanareja, Kabupaten Cilacap.

Langkah-langkah yang dilakukan pada kegiatan ini antara lain: 1) Persiapan. Sebelum penyuluhan kesehatan dilakukan, terlebih dahulu penyuluh membuat powerpoint tentang penyakit hipertensi dan diabetes yang terdiri dari definisi, faktor penyebab, dampak, cara pencegahan, dan pengobatan dan perawatan penyakit hipertensi dan diabetes serta membuat kuesioner *pretest* dan *posttest*. 2) Pelaksanaan kegiatan dengan memberikan penyuluhan kesehatan. Penyuluhan ini diikuti oleh 27 ketua RT dan RW Desa Tarisi. Sebelum dilakukan penyuluhan, ketua RT dan RW Desa Tarisi diberikan kuesioner *pretest* dengan jumlah 10 pertanyaan. Selanjutnya diberikan penyuluhan tentang penyakit hipertensi dan diabetes dan dilakukan pada waktu yang sudah ditentukan oleh ketua Desa Tarisi yaitu pada tanggal 6 Juni 2023 yang diadakan di Balai Desa Tarisi, Kecamatan Wanareja, Kabupaten Cilacap. Materi penyuluhan diberikan oleh penyuluh dengan waktu 45 menit. Setelah penyuluhan, ketua RT dan RW diberikan kuesioner *posttest*. Adapun panitia dan pelaksana dari kegiatan ini adalah 20 mahasiswa KKN desa Tarisi prodi S-1 Farmasi Universitas Bakti Tunas Husada. 3) Evaluasi. Evaluasi dilakukan dengan mengolah data hasil *pretest* dan *posttest* yang sudah dikerjakan oleh ketua RT dan RW Desa Tarisi ketika penyuluhan mengenai penyakit hipertensi dan diabetes.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Persiapan

Sebelum melaksanakan penyuluhan kesehatan mengenai penyakit hipertensi dan diabetes, penyuluh melakukan persiapan yang matang untuk memastikan kegiatan berjalan dengan efektif. Salah satu langkah penting yang dilakukan adalah membuat presentasi menggunakan PowerPoint yang berisi informasi terkait penyakit hipertensi dan diabetes.

Presentasi tersebut mencakup definisi kedua penyakit tersebut, faktor-faktor penyebabnya, dampak yang dapat ditimbulkan, serta cara pencegahan, pengobatan, dan perawatan yang dianjurkan. Dalam presentasi ini, penyuluh akan menjelaskan secara rinci mengenai kondisi hipertensi dan diabetes, termasuk mekanisme terjadinya, faktor-faktor risiko yang dapat mempengaruhi, serta komplikasi yang mungkin muncul jika tidak ditangani dengan baik. Penyuluh juga akan memberikan informasi tentang langkah-langkah pencegahan yang dapat diambil untuk mencegah atau mengendalikan penyakit tersebut, serta pilihan pengobatan dan perawatan yang tersedia.

Selain membuat presentasi, penyuluh juga akan mempersiapkan kuesioner *pretest* dan *posttest*. Penyuluh akan memastikan bahwa kedua kuesioner tersebut disusun dengan baik, dengan pertanyaan yang relevan dan memadai untuk mengukur pengetahuan peserta. Data dari kuesioner ini nantinya akan dianalisis dan digunakan sebagai bagian dari pembahasan dalam jurnal untuk menunjukkan perubahan pengetahuan peserta setelah mengikuti penyuluhan.

### Pelaksanaan

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada hari Selasa, tanggal 6 Juni 2023 di Balai Desa Tarisi. Partisipan kegiatan ini terdiri dari 27 orang, termasuk ketua RT dan RW Desa Tarisi. Kegiatan dimulai dengan pengerjaan *pretest*, yang bertujuan untuk menilai pemahaman awal partisipan mengenai penyakit hipertensi dan diabetes.

*Pretest* mencakup beberapa materi, antara lain pengertian hipertensi, risiko hipertensi, pengertian diabetes, penyebab diabetes, cara mengontrol gula darah dan tekanan darah, gejala hipertensi, dan cara mencegah penyakit diabetes. *Pretest* ini memberikan gambaran awal tentang sejauh mana pengetahuan masyarakat tentang penyakit ini sebelum menerima penyuluhan.

Setelah *pretest*, dilakukan pemaparan materi mengenai penyakit hipertensi dan diabetes. Pemaparan materi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman mendalam

kepada partisipan mengenai penyakit ini dan langkah-langkah yang dapat diambil untuk mencegah dan mengontrolnya.



**Gambar 1.** Pemberian Materi Kepada Ketua RT dan RW Desa Tarisi

Setelah pemaparan materi, dibuka sesi tanya jawab terkait penyakit hipertensi dan diabetes, partisipan bertanya mengenai parameter tes kesehatan penyakit hipertensi dan diabetes dengan antusias. Kegiatan penyuluhan dilanjutkan dengan penilaian ulang menggunakan *posttest* dengan soal yang sama. *Posttest* ini bertujuan untuk menilai peningkatan pemahaman partisipan setelah menerima penyuluhan.

### Evaluasi

Data dari *pretest* dan *posttest* kemudian dianalisis dan ditunjukkan dalam tabel distribusi tingkat pengetahuan pada **Tabel 1**.

**Tabel 1.** Distribusi Pengetahuan Ketua RT dan RW Desa Tarisi Mengenai Penyakit Hipertensi dan Diabetes

Tingkat Pengetahuan	Pre test	%	Post test	%
Baik	7	26	17	63
Cukup	7	26	4	15
Kurang	13	48	6	22
<b>Total</b>	<b>27</b>	<b>100</b>	<b>27</b>	<b>100</b>

Berdasarkan hasil kegiatan penyuluhan tentang penyakit hipertensi dan diabetes didapatkan pengetahuan ketua RT dan RW Desa Tarisi sebelum penyuluhan (*Pretest*) dalam kategori baik sebanyak 7 orang (26%), kategori cukup sebanyak 7 orang (26%) dan kategori kurang sebanyak 13 orang (48%). Sedangkan hasil *posttest* setelah pemaparan materi mengenai penyakit hipertensi dan diabetes didapatkan dalam kategori baik sebanyak 17 orang (63%), kategori cukup

sebanyak 4 orang (15%), dan kategori kurang sebanyak 6 orang (22%).

Terdapat peningkatan pengetahuan setelah penyuluhan mengenai penyakit hipertensi dan diabetes sehingga materi yang disampaikan dapat diterima dengan baik oleh peserta penyuluhan.

Lawrence Green juga menyatakan bahwa salah satu faktor yang menentukan perilaku seseorang yaitu faktor predisposisi, di antaranya adalah pengetahuan. Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui Indera yang dimilikinya (Notoadmodjo, 2021)

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan seseorang adalah informasi. Informasi merujuk pada pengetahuan yang diperoleh melalui proses pembelajaran, pengalaman, atau instruksi. Sumber informasi dapat ditemukan di sekitar kita dalam kehidupan sehari-hari, melalui interaksi dengan keluarga, orang terdekat, atau melalui media lainnya (Rosmalinda & Marfiah, 2020).

## SIMPULAN DAN SARAN

Penyuluhan kesehatan mengenai penyakit hipertensi dan diabetes memberikan dampak terhadap peningkatan pengetahuan dan pemahaman ketua RT dan RW Desa Tarisi. Hal ini ditunjukkan oleh hasil analisis *pretest* dan *posttest* dengan adanya peningkatan pengetahuan baik (39%). Oleh karena itu pemberian informasi mengenai penyakit hipertensi dan diabetes diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan ketua RT dan RW Desa Tarisi.

Diharapkan kegiatan penyuluhan ini dapat mengurangi kasus hipertensi dan diabetes di Desa Tarisi dan diharapkan masyarakat serta pemerintah setempat dapat melakukan pengembangan program pemantauan dan penanganan kasus hipertensi dan diabetes secara berkelanjutan untuk menanggulangi kasus hipertensi dan diabetes di Desa Tarisi.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kepada Rektor Universitas Bakti Tunas Husada, Ketua Pelaksana Kuliah Kerja Nyata Prodi S-1 Farmasi 2023, Koordinator Desa Tarisi, Dosen Pembimbing Lapangan Tim 3 Desa Tarisi, Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata Desa Tarisi, dan berbagai pihak yang terlibat dalam kegiatan penyuluhan.

## DAFTAR RUJUKAN

Adhania, C. C., Wiwaha, G., & Fianza, P. I. (2018). Prevalensi Penyakit Tidak

Menular pada Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama di Kota Bandung Tahun 2013-2015. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 3(4), 204–211.

<https://doi.org/10.24198/jsk.v3i4.18499>

Anshari, Z. (2020). Komplikasi Hipertensi Dalam Kaitannya Dengan Pengetahuan Pasien Terhadap Hipertensi Dan Upaya Pencegahannya. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 2(2), 54–61. <https://doi.org/10.36656/jpkm.v2i2.289>

Balqis, B., Sumardiyono, S., & Handayani, S. (2022). HUBUNGAN ANTARA PREVALENSI HIPERTENSI, PREVALENSI DM DENGAN PREVALENSI STROKE di INDONESIA (ANALISIS DATA RISKESDAS DAN PROFIL KESEHATAN 2018). 10(3), 379–384.

Kemendes. (2019). Hipertensi penyakit paling banyak diidap masyarakat. *Kementerian Kesehatan RI*, 1. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20190517/5130282/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat/%0Ahttps://www.kemkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html>

Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementerian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.

Menteri Kesehatan Republik Indonesia. (2002). Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 900/Menkes/Sk/Vii/2002 Tentang Registrasi Dan Praktik Bidan. *Arsyad, Azhar*, 25, 34.

Notoadmodjo, S. (2021). Promosi Kesehatan & Prilaku Kesehatan. In *Jakarta: EGC*.

Nugroho, F. C., Banase, E. F. T., & Peni, J. A. (2022). Peningkatan Pengetahuan Keluarga Sebagai Caregiver Utama dalam Upaya Pencegahan Komplikasi Pasien Hipertensi Dan Diabetes Mellitus Tipe II di Puskesmas Oesapa. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(4), 1090–1096. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i4.4877>

Puspa Sari, G., Samekto, M., & Sakundarno Adi, M. (2017). FAKTOR-FAKTOR YANG BERPENGARUH TERHADAP TERJADINYA HIPERTENSI PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE II (Studi di Wilayah Puskesmas Kabupaten Pati) RISK FACTORS AFFECTING HYPERTENSION IN TYPE II DIABETIC PATIENTS (Studies at Primary Healthcare Centers in Pa. *Jurnal Litbang*, XIII(1), 47–59.

- Rosmalinda, D., & Marfuah, S. (2020). *Tentang Dismenorea Pada Siswi Kelas X Di Smk Ypib Cirebon Tahun 2020*. 8, 37–43.
- Suprayitno, E., & Huzaimah, N. (2020). Pendampingan Lansia Dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(1), 518. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i1.3001>
- Wonogiri, B. (2022). *PERATURAN BUPATI WONOGIRI NOMOR 32 TAHUN 2022 TENTANG PETUNJUK PELAKSANAAN KEGIATAN PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN PEMULIHAN BAGI IBU HAMIL KEKURANGAN ENERGI KRONIS DAN BALITA GIZI KURANG MELALUI GERAKAN IBU HAMIL DAN BALITA MAKAN SEHAT*.