



**DETEKSI DINI HIPERTENSI SERTA PROMOSI KESEHATAN PENANGANAN
PSIKOLOGIS PADA WARGA WILAYAH SDIT MUHAMMADIYAH GUNUNG TERANG**

Asri Rahmawati.

(Fakultas Kesehatan ,Universitas Muhammadiyah Pringsewu)

Email : bela_asri76@yahoo.com

ABSTRAK

Kemajuan teknologi didalam bidang medis menyebabkan berkembangnya jenis pengobatan. Tak terlepas juga prihal pengobatan pada hipertensi. Hipertensi merupakan penyakit yang tidak menular atau bisa disebut silent killer dan juga menjadi masalah serius di Indonesia dan dunia (Haryani & Misniarti, 2020). Hipertensi tidak dapat dihindari, karena memasuki usia lansia akan mengalami penurunan fungsi fisiologis, yaitu terjadinya ketidakelastisan pembuluh darah (Widniah et al., 2023). Hipertensi dapat disebabkan oleh faktor-faktor pendukung seperti bertambahnya usia, obesitas, stress psikologis, merokok, keturunan dan kebiasaan makan atau pola konsumsi yang tidak sehat (Saputra et al., 2023).

Word Health Organization (WHO melaporkan ada bahwa sekitar 26,4% penduduk dunia mengalami hipertensi dan kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2 % di tahun 2025. Di Propinsi Lampung menempati urutan ke 16 dari 34 Provinsi yang ada di Indonesia SDIT Muhammadiyah adalah sekolah milik orghanisasi Muhammadiyah, dalam rangka melaksanakan kegiatan Milad Muhammadiyah ke 112 . menyekenggarakan rangkaian kegiatan salah satunya pemeriksaan kesehaan dalam mendeteksi hipertensi, dan promosi Kesehatan terkaiat penangan psikologis pada pasien Hipertensi, Kegatan dilakukan pada hari Minggu 10 November 2024. Dengan prosedur pendaftaran, pemeriksaan Kesehatan dan terakhir penyuluhan. Dengan di hadiri oleh 75 orang.

Kata Kunci : deteksi dini, Hiperyensi, Penyuluhan

Pendahuluan

Kemajuan teknologi didalam bidang medis menyebabkan berkembangnya jenis pengobatan. Tak terlepas juga prihal pengobatan pada hipertensi. Hipertensi merupakan penyakit yang tidak menular atau bisa disebut silent killer dan juga menjadi masalah serius di Indonesia dan dunia (Haryani & Misniarti, 2020). Hipertensi tidak dapat dihindari, karena memasuki usia lansia akan mengalami penurunan fungsi fisiologis, yaitu terjadinya ketidakelastisan pembuluh darah (Widniah et al., 2023). Hipertensi dapat disebabkan oleh faktor-faktor pendukung seperti bertambahnya usia, obesitas, stress psikologis, merokok, keturunan dan kebiasaan makan atau pola konsumsi yang tidak sehat (Saputra et al., 2023).

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas batas normal yang dapat mengakibatkan peningkatan angka kesakitan (Morbilitas) dan juga angka kematian (Mortalitas). Tekanan darah fase sistolik 140 mmhg menunjukkan fase darah

sedang di pompa oleh jantung dan fase diastolic 90 mmhg menunjukkan fase darah yang kembali ke jantung (Triyanto, 2014).

World Health Organization (WHO) melaporkan ada bahwa sekitar 26,4% penduduk dunia mengalami hipertensi dan kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2 % di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (Yonata & Pratama, 2016). Berdasarkan RISKESDAS 2018 menyebutkan bahwa prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia 18 tahun adalah 34,1%. Diperkirakan jumlah kasus hipertensi di Indonesia adalah 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian akibat hipertensi di Indonesia adalah 427.218 kematian. Hipertensi biasanya terjadi pada kelompok usia 31-44 tahun (31,6%), usia 45-54 tahun (45,3 %), usia 55-64 tahun (55,2%) (RISKESDAS, 2018). Di beberapa provinsi yang ada di Indonesia tercatat bahwa provinsi Kalimantan Selatan adalah provinsi dengan prevalensi penderita hipertensi tertinggi dengan (44,1%) sedangkan terendah di Papua (22,2%) (Kemenkes RI, 2019).

Provinsi Lampung menempati urutan ke 16 dari 34 Provinsi yang ada di Indonesia dengan prevalensi sekitar (30,1%) (Departemen kesehatan, 2018). Resiko paling tinggi penderita hipertensi adalah lansia, semakin tinggi usia lansia tersebut, maka semakin tinggi pula resiko penyakit hipertensi, faktor ini di akibatkan oleh melemahnya organ-organ pada manusia, serta kurangnya aktifitas fisik menjadi salah satu penyebab tingginya PTM (Penyakit Tidak Menular) seperti hipertensi (Kemenkes, 2019).

Beberapa pasien yang menderita hipertensi biasanya mengalami tanda dan gejala seperti sakit kepala parah, penglihatan kabur, telinga berdengging, kebingungan detak jantung tidak teratur, nyeri dada pusing dan penurunan kesadaran (Haryani & Misniarti, 2020). Komplikasi hipertensi adalah stroke trombolitik dan hemoragik, retinopati, infark miokard akut, gagal jantung, proteinuria, gagal ginjal dan penyakit vascular aterosklerotik (Terapi et al., 2023). Komplikasi yang paling serius adalah kematian akibat sumbatan dan pecahnya pembuluh darah otak (Yanti, mahardika & Prapti, 2016). Dengan banyaknya komplikasi yang dapat terjadi jika hipertensi tidak dikontrol maka perlunya program mengendalikan tekanan darah untuk mencegah dan menurunkan *probabilitas* kesakitan, komplikasi, dan kematian. Pengendalian tekanan darah ini dapat dilakukan dengan pengobatan farmakologi dan non farmakologi. Salah satu kegiatan penurunan hipertensi dengan cara menurunkan stress (Kemenkes, 2019). Untuk itu kami melakukan pemeriksaan Kesehatan dengan tujuan mendeteksi dini hipertensi dan melakukan penyuluhan penanganan psikologis.



Metode

Metode kegiatan dengan cara pemeriksaan kesehatan terlebih dahulu, kemudian dilanjutkan dengan pemberian informasi. pembelajaran yang digunakan adalah ceramah tanya jawab, simulasi dan demonstrasi. Ceramah tanya jawab ini dipilih pertama untuk memberikan pengetahuan remaja.. Metode selanjutnya adalah simulasi, metode ini dilakukan untuk memperjelas bagaimana cara mencegah hipertensi, serta menurunkan kejadian hipertensi.. .Simulasi ini dilakukan langsung, sehingga peserta akan lebih mudah mengingat apa yang sudah diajarkan. Setelah itu peserta dapat melakukan latihan secara langsung dengan pengawasan. Sasaran pada pengabdian masyarakat ini adalah Masyarakat di wilayah SDIT Muhammadiyah Gunung Terang Bandar Lampung.

Hasil Dan Pembahasan

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas batas normal yang dapat mengakibatkan peningkatan angka kesakitan (Morbilitas) dan juga angka kematian (Mortalitas). Tekanan darah fase sistolik 140 mmhg menunjukkan fase darah sedang di pompa oleh jantung dan fase diastolic 90 mmhg menunjukkan fase darah yang kembali ke jantung (Triyanto, 2014).

Hipertensi bisa disebabkan oleh berbagai faktor termasuk gaya hidup, riwayat keluarga, dan kondisi kesehatan tertentu. Faktor risiko seperti merokok, kelebihan berat badan, kurangnya olahraga, konsumsi alkohol. Dan Stress. Ketika seseorang mengalami stress, hormon utama stress (adrenalin, tiroksin, dan kortisol) akan meningkat dan berpengaruh secara signifikan terhadap sistem homeostatis. Kemudian adrenalin yang bekerja secara sinergis dengan sistem saraf simpatis akan menyebabkan vasokonstriksi sehingga darah lebih banyak dipompa.

Stres dapat menyebabkan peningkatan tajam pada tekanan darah. Namun, saat stres hilang, tekanan darah kembali ke keadaan sebelum stres. Namun, lonjakan singkat tekanan darah dapat menyebabkan serangan jantung atau stroke dan juga dapat merusak pembuluh darah, jantung, dan ginjal seiring berjalannya waktu. Kerusakannya seperti kerusakan akibat tekanan darah tinggi jangka panjang. mengelola stres dapat membantu meningkatkan kesehatan dengan cara lain. Mempelajari cara mengelola stres dapat mengarah pada perubahan perilaku yang sehat — termasuk yang dapat menurunkan tekanan darah.. menurut penelitian Hidayati dengan Judul Hubungan Stress dengan Hipertensi di RS Kusta Sumber Glagah, didapatkan ada hhubungan antara keduanya. (Hidayati A , 2022).



Pada saat kegiatan penyuluhan berlangsung, ada beberapa kendala seperti tidak dengan waktu bersamaan kedatangan semua klien, sehingga membutuhkan waktu lebih lama dalam kegiatannya.

Simpulan Dan Saran

Kesimpulan kegiatan ini berbentuk laporan hasil berupa peningkatan pengetahuan bagi masyarakat wilayah SDIT Muhammadiyah dengan keberhasilannya dapat dilihat dari :

- a. Terjadinya Tanya jawab
- b. Adanya respon yang positif terhadap kegiatan
- c. 100 % peserta mengikuti kegiatan dengan baik.

Saran dari kegiatan ini yaitu :

Kegiatan pengabdian masyarakat ini tentunya banyak kekurangan yang dapat dibenahi dengan pengabdian selanjutnya, sehingga saran untuk kegiatan akan datang untuk melakukan dengan metode lain seperti bermain peran sehingga dapat membantu agar lebih maksimal untuk para peserta dalam menerima informasi. Kemudian bisa berkerjasama dengan psikolog jika terdapat klien yang mengalami kecemasan Tingkat berat.

Daftar Rujukan

- Kementerian Kesehatan RI. (2022). Laporan Kinerja Direktorat Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Menular Tahun 2022. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 1–119.
- Saputra, A., Pebriani, S. H., Tafdhila, T., & Syafe'i, A. (2023). Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Malahayati Nursing Journal*, 5(1), 80–87. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i1.7665>
- Hidayati, A. 2022. Hubungan Stress dengan Hipertensi pada Pasien di RS Kusta Sumber Glagah.

