

ARTIKEL PENGABDIAN MASYARAKAT

Edukasi Memahami Secara Umum Penyakit Hipertensi Dan Penyakit Infeksi Saluran Pernafasan Atas

Irfan Darfika Lubis^{1*}, Khairul Arkan Khalil², Nurmalinda R³, Nurul Izzah A⁴, Putri Richa A⁵, Nabila Putri Z⁶

¹ Bagian Anatomi, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Jalan Gedung Arca Nomor 53 Medan, Sumatera Utara 20217

^{2,3,4,5,6} Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Jalan Gedung Arca Nomor 53 Medan, Sumatera Utara 20217

Email Korespondensi: irfandarfika@umsu.ac.id
khairularkan17@gmail.com

Abstrak: Hipertensi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat. Hipertensi merupakan suatu penyakit kronis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah di atas normal dan penyebab kematian nomor satu di dunia dari tujuh juta penduduk setiap tahun. Kematian akibat penyakit hipertensi memang sering terjadi secara tiba-tiba dan sebagian masyarakat menyebutnya sebagai *The Silent Killer* "Pembunuh diam-diam". Di Indonesia berdasarkan Riskesdas 2007, prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 31,7% dari populasi pada usia 18 tahun ke atas dan sebagai penyebab kematian nomor tiga setelah *stroke* dan *tuberculosis*. Beberapa penyakit saluran pernapasan seperti Infeksi saluran pernapasan atas melibatkan hidung, sinus, faring, laring, dan saluran pernapasan besar. Keterlibatan dosen dan mahasiswa dalam menggalakkan upaya pencegahan sangat diperlukan sehingga masyarakat sadar untuk melakukan pemeriksaan kesehatan rutin. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat adalah untuk memberikan sosialisasi tentang gerakan masyarakat sehat di Balai Desa Dusun I Desa Lau Bakeri. Metode yang digunakan adalah penyampaian materi. Dari hasil pemeriksaan yang telah dilakukan terhadap 29 peserta di Dusun I, Desa Lau Bakeri, Kecamatan Kutalimbaru, diperoleh data bahwa mayoritas responden Hipertensi di Dusun I Desa Lau Bakeri relative tinggi dan sebagian besar responden berada pada kelompok usia 51-60 tahun yakni 20 orang (66,7%). Dapat disimpulkan bahwa (73,33%) memiliki tekanan darah tinggi diatas 120/90 mmHg, yang menunjukkan bahwa sebagian besar warga memiliki kontrol tekanan darah yang buruk sehingga risiko adanya penyakit hipertensi yang lebih serius pada warga.

Kata Kunci : Hipertensi, ISPA

PENDAHULUAN

Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi sebenarnya adalah suatu gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi, yang dibawa oleh darah, terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkannya.

Tubuh akan bereaksi cepat, yang mengakibatkan jantung harus bekerja lebih keras untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Bila kondisi tersebut berlangsung lama dan menetap, timbullah gejala yang disebut sebagai penyakit tekanan darah tinggi.^{1,8,9}

Penyebab hipertensi adalah multi

faktor, terdiri dari faktor risiko yang tidak dapat diubah antara lain, Umur, Jenis Kelamin, Keturunan (Genetik), dan faktor risiko yang dapat diubah yaitu, Obesitas, Merokok, Kurang Aktivitas fisik, Konsumsi Garam Berlebihan, dan Stres.^{2,10,11}

Kemudian infeksi saluran pernapasan atas (ISPA) merupakan penyakit pernapasan yang paling sering dievaluasi di tempat rawat jalan. ISPA berkisar dari flu biasa-biasanya sindrom kataral ringan yang sembuh sendiri di nasofaring hingga penyakit yang mengancam jiwa seperti epiglottitis.^{3,12}

Virus merupakan penyebab sebagian besar ISPA. Penatalaksanaan yang tepat dalam kasus ini dapat berupa pemberian kepastian, edukasi, dan petunjuk untuk perawatan simptomatis di rumah. Tes diagnostik untuk agen tertentu berguna jika terapi ISPA yang ditargetkan bergantung pada hasilnya (Lihat Pemeriksaan).^{4,13,14}

Infeksi primer bakteri atau superinfeksi mungkin memerlukan terapi yang ditargetkan (Lihat Perawatan). Saluran pernapasan atas meliputi sinus, saluran hidung, faring, dan laring, yang berfungsi sebagai pintu gerbang ke trakea, bronkus, dan rongga alveolar paru. Rinitis, faringitis, sinusitis, epiglottis, laringitis, dan trakeitis merupakan manifestasi spesifik dari ISPA.^{5,15}

Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat adalah untuk memberikan sosialisasi tentang gerakan masyarakat sehat di Balai Desa Dusun I Desa Lau Bakeri. Metode yang digunakan adalah penyampaian materi.

METODE

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian Masyarakat

melalui KKN Mandiri ini yaitu dengan memberikan edukasi tentang pentingnya memahami penyakit hipertensi dan penyakit infeksi saluran pernapasan atas di Dusun I Desa Lau Bakeri pada hari Senin, tanggal 2 September 2024. Proses pelaksanaan pengabdian dibagi menjadi beberapa tahap, yaitu persiapan dan pelaksanaan.

Pada tahap pelaksanaan, tim pengabdian melakukan survei untuk mengidentifikasi permasalahan dan kebutuhan masyarakat Dusun I Desa Lau Bakeri. Hasil survei menunjukkan bahwasanya banyak warga terutama lansia yang mengalami hipertensi dan ISPA. Berdasarkan temuan tersebut, bahan penyuluhan disusun dengan fokus pada aspek yang paling relevan bagi masyarakat setempat.

Dalam tahap pelaksanaan, kegiatan dimulai dengan penyuluhan kesehatan yang menggunakan metode edukasi melalui media presentasi yaitu *banner* dan *poster*. Alat dan bahan yang digunakan dalam penyuluhan meliputi *speaker*, *microphone*, *banner* dan poster edukasi. Edukasi meliputi penjelasan tentang apa itu hipertensi dan ISPA, faktor risiko, tanda dan gejala, pengobatan, dan cara pencegahan. Diskusi interaktif dilakukan untuk mendorong peserta aktif bertanya, sehingga terjadi komunikasi dua arah yang efektif.

Tahap evaluasi dilakukan melalui data pemeriksaan yang telah diperoleh dan juga dianalisis untuk melihat seberapa banyak peserta yang berisiko atau sudah menunjukkan gejala hipertensi dan gangguan pernapasan. Hasil evaluasi ini nantinya akan menjadi bahan untuk perbaikan kegiatan serupa di masa mendatang.

Lampiran materi edukasi :



HASIL

Hasil yang didapat dari pelaksanaan pengabdian Masyarakat melalui KKN yaitu melihat yang awalnya masyarakat terutama usia lanjut yang tidak mengetahui tentang bahaya dari penyakit hipertensi dan penyakit ISPA dan setelah memberikan edukasi kepada masyarakat terutama usia lanjut

menjadi paham betapa pentingnya menjaga kesehatan dari penyakit hipertensi dan ISPA.

Hasil pengukuran tekanan darah dari 29 penderita hipertensi di Dusun I Desa Lau Bakeri dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 1 Distribusi frekuensi responden

TD	Frekuensi	%
< 120/80 mmHg	8	26,66%
>120/80 mmHg	22	73,33%
Jumlah	30	100%
Usia	Frekuensi	10%
25-50 th	3	10%
51-60 th	20	66,70%
61-70	7	23,30%
Jumlah	30	100%

DISKUSI

Dari tabel di atas, didapatkan bahwa responden yang memiliki tekanan darah <120/80 mmHg sebanyak 8 orang (26,66%) dan yang memiliki tekanan darah >120/80 mmHg 22 orang (73,33%), sehingga dalam pelaksanaan ini dapat dinyatakan memiliki hasil mayoritas tekanan darah penderita

Dari hasil pemeriksaan yang telah dilakukan terhadap 29 peserta di Dusun I, Desa Lau Bakeri, Kecamatan Kutalimbaru, diperoleh data bahwa mayoritas responden hipertensi di Dusun I Desa Lau Bakeri relatif tinggi dan sebagian besar responden berada pada kelompok usia 51-60 tahun yakni 20 orang (66,7%). Kelompok ini memerlukan perhatian khusus untuk pengelolaan hipertensi lebih lanjut, baik melalui perubahan gaya hidup maupun pengobatan.^{6,16,17}

Angka 73,33% responden dengan

tekanan darah di atas 120/90 mmHg menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan terkait hipertensi di kalangan masyarakat masih kurang, dan tingkat keparahan hipertensi di desa ini lumayan parah. Hal ini menandakan bahwa masyarakat mungkin tidak mendapatkan pengelolaan hipertensi yang memadai, intervensi medis dan edukasi tambahan tentang pengelolaan hipertensi, terutama dalam hal diet, olahraga, dan kepatuhan terhadap pengobatan, mungkin diperlukan bagi kelompok ini.^{7,18}

Sebagian besar responden berada pada kelompok usia 51-60 tahun yaitu sebanyak 20 orang (66,7%), yang menunjukkan bahwa warga di usia ini lebih rentan terhadap penyakit hipertensi. Hal ini menjadi indikasi bahwa upaya pengelolaan dan pencegahan penyakit perlu difokuskan pada kelompok usia tersebut. Dari hasil tersebut, terlihat bahwa edukasi tentang

kesehatan sangat diperlukan, terutama terkait pengelolaan penyakit hipertensi. Edukasi yang berkelanjutan mengenai pentingnya pola makan sehat, aktivitas fisik, serta pemeriksaan kesehatan secara rutin, sangat penting untuk meningkatkan kesadaran dan mencegah komplikasi lebih lanjut di kalangan masyarakat.^{8,19,20}

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa (73,33%) memiliki tekanan darah tinggi diatas 120/90 mmHg, yang menunjukkan bahwa sebagian besar warga memiliki kontrol tekanan darah yang buruk sehingga risiko adanya penyakit hipertensi yang lebih serius pada warga.

Sebagian besar responden berada pada kelompok usia 51-60 tahun yaitu sebanyak 20 orang (66,7%), yang menunjukkan bahwa warga di usia ini lebih rentan terhadap penyakit hipertensi. Hal ini menjadi indikasi bahwa upaya pengelolaan dan pencegahan penyakit perlu difokuskan pada kelompok usia tersebut.

Dari hasil tersebut, terlihat bahwa edukasi tentang kesehatan sangat diperlukan, terutama terkait pengelolaan penyakit hipertensi. Edukasi yang berkelanjutan mengenai pentingnya pola makan sehat, aktivitas fisik, serta pemeriksaan kesehatan secara rutin, sangat penting untuk meningkatkan kesadaran dan mencegah komplikasi lebih lanjut di kalangan Masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara (FK UMSU) atas dukungan penuh yang diberikan selama pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Kami juga berterima kasih kepada dosen

pembimbing lapangan kami yaitu dr. Irfan Darfika Lubis, MM. PAK yang telah membimbing kami. Apresiasi mendalam juga kami sampaikan kepada Kepala Desa dan seluruh masyarakat Dusun I, Desa Lau Bakeri, Kecamatan Kutalimbaru, yang telah menyambut kami dengan baik dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini.

Terima kasih kepada seluruh tim yang terlibat dalam penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan yang telah memberikan dedikasi dan kerja kerasnya dalam menyukkseskan kegiatan ini. Tidak lupa, kami berterima kasih kepada pihak- pihak yang telah memberikan bantuan moril dan materiil, sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar. Semoga kontribusi ini bermanfaat bagi peningkatan kesehatan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Adam, L. (2019). Determinan hipertensi pada lanjut usia. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(2), 82-89.
2. Alatas, H. (2019). Hipertensi pada kehamilan. *Herb-Medicine Journal: Terbitan Berkala Ilmiah Herbal, Kedokteran dan Kesehatan*, 2(2), 27-51.
3. Hernawan, T., & Rosyid, F. N. (2017). Pengaruh senam hipertensi lansia terhadap penurunan tekanan darah lansia dengan hipertensi di panti wreda Darma Bhakti Kelurahan Pajang Surakarta. *Jurnal kesehatan*, 10(1), 26-31.
4. Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., & Budianto, A. (2020). Pola konsumsi garam dengan kejadian hipertensi pada lansia. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1), 531-542.
5. Putra, Y., & Wulandari, S. S. (2019). Faktor penyebab kejadian ISPA. *Jurnal*

- Kesehatan, 10(1), 37-40.
6. Rammang, S., Nurhikmah, N., & Reza, N. N. (2023). Pengendalian Diabetes Melitus Melalui Edukasi dan Pemeriksaan Kadar Gula Darah Sewaktu. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 133-137.
 7. Sabri, R. (2019). Faktor yang memengaruhi tingginya penyakit ISPA pada balita di Puskesmas Deleng Pokhkisen Kabupaten Aceh Tenggara. *Contagion: Scientific Periodical Journal of Public Health and Coastal Health*, 1(2), 69-82.
 8. Septiana, L. (2016). Perancangan sistem pakar diagnosa penyakit ISPA dengan metode certainty factor berbasis Android. *Jurnal Techno Nusa Mandiri*, 13(2), 89-96.
 9. Yanita, N. I. S. (2022). Berdamai dengan hipertensi. *Bumi Medika*.
 10. Yuliana, Y., Paradise, P., & Kusriani, K. (2021). Sistem Pakar Diagnosa Penyakit Ispa Menggunakan Metode Naive Bayes Classifier Berbasis Web. *CSRID (Computer Science Research and Its Development Journal)*, 10(3), 127
 11. Diartin, S. A., Zulfitri, R., & Erwin, E. (2022). Gambaran Interaksi Sosial Lansia Berdasarkan Klasifikasi Hipertensi Pada Lansia Di Masyarakat. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 2(2), 126-137.
 12. Maksuk, M., & Yusneli, Y. (2021). Edukasi Dan Senam Lansia Sebagai Upaya Pencegahan Dan Pengendalian Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 4(3), 733-740.
 13. Damayanti, R., Sabar, S., Lestari, A., & Nurarifah, N. (2022). Pengaruh pemberian edukasi terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. *Lentora Nursing Journal*, 2(2).
 14. Saurina, P. S. M. S. P., & Sagala, M. (2024). Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Orang Tua Dalam Pencegahan Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA) Pada Anak Penderita ISPA di Kelurahan Pujidadi Kecamatan Binjai Selatan Kota Binjai Tahun 2024. *Jurnal Kesehatan Bukit Barisan*, 8(1 Juni).
 15. Barron, M., Nguyen, D. T., Rumeau, C., & Jankowski, R. (2022). Chronic respiratory rhinitis: Toward endoscopic diagnosis of nasal allergy? An observational study. *European annals of otorhinolaryngology, head and neck diseases*, 139(4), 177-183.
 16. Amiruddin, A., Anasril, A., Maryono, M., & Gustini, S. (2022). Hubungan Pengetahuan Ibu Dengan Tindakan Pencegahan Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA) Pada Anak Balita. *Jurnal sosial dan sains*, 2(10), 1144-1150.
 17. Iswahyuni, S. (2017). Hubungan antara aktifitas fisik dan hipertensi pada lansia. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 14(2), 1-4.
 18. Abasilim, C., Persky, V., Sargis, R. M., Argos, M., Daviglius, M., Freels, S., Cai, J., Tsintsifas, K., Isasi, C. R., Peters, B. A., Talavera, G. A., Thyagarajan, B., & Turyk, M. E. (2024). Thyroid-related Hormones and Hypertension Incidence in Middle-Aged and Older Hispanic/Latino Adults: The HCHS/SOL Study. *Journal of the Endocrine Society*, 8(6), bvae088.
 19. Abate, M. W., Nigat, A. B., Tigabu, A., Bantie, B., Tiruneh, C. M., Emiru, T. D., Tibebu, N. S., Legas, G., Belete, A.,

- Walle, B. G., & Feleke, M. G. (2024). Depression and its associated factors among adult hypertensive patients attending follow-up in South Gondar zone public hospitals, Ethiopia, 2023. *BMC psychiatry*, 24(1), 360.
20. Massa, K., & Manafe, L. A. (2021). Kepatuhan Minum Obat Hipertensi Pada Lansia. *Sam Ratulangi Journal of Public Health*, 2(2), 046-052.