

**DETEKSI DINI DAN UPAYA PENCEGAHAN PENYAKIT  
HIPERTENSIDI LEMBAGA PEMASYARAKATAN  
KLAS II BPADANGSIDIMPUANTAHUN 2019**

**Nur Aliyah Rangkuti, Yenni Farida Siregar**  
Univeritas Aufa Royhan Padangsidimpuan  
([udauzi@yahoo.com](mailto:udauzi@yahoo.com), 082366945115)

**ABSTRAK**

Hipertensi adalah keadaan di mana tekanan darah mengalami peningkatan yang memberikan gejala berlanjut pada suatu organ target di tubuh. Hal ini dapat menimbulkan kerusakan yang lebih berat, misalnya stroke (terjadi pada otak dan menyebabkan kematian yang cukup tinggi), penyakit jantung koroner (terjadi kerusakan pembuluh darah jantung), dan hipertrofi ventrikel kiri (terjadi pada otot jantung). Hipertensi juga dapat menyebabkan penyakit gagal ginjal, penyakit pembuluh lain dan penyakit lainnya. Tekanan darah tinggi dapat disebabkan oleh berbagai macam faktor, salah satunya adalah stres. Stres merupakan suatu respon nonspesif terhadap tuntutan yang mungkin muncul, baik dari kondisi yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan. Tujuan dari pengabdian ini Untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang deteksi dini penyakit hipertensi di Lembaga Pemasyarakatan Klas II B Padangsidimpuan. Kegiatan ini berupa penyampaian informasi tentang penyakit hipertensi, cara pencegahan dan dilakukan tindakan pengukuran tekanan darah sebagai langkah awal untuk mengetahui tekanan. Jumlah peserta kegiatan berjumlah 40 orang. Warga binaan lapas terlihat antusias dalam mengikuti kegiatan dan memberikan *feedback*. Warga binaan diharapkan mempunyai kesadaran untuk memelihara kesehatan terutama mencegah terjadinya penyakit hipertensi yang tujuan akhirnya adalah meningkatkan derajat kesehatan yang optimal.

**Kata kunci : Deteksi dini, hipertensi, lapas**

**ABSTRACT**

Hypertension is a condition in which blood pressure increases which gives symptoms continuing to a target organ in the body. This can cause more severe damage, such as stroke (occurs in the brain and causes a fairly high death), coronary heart disease (damage to the heart arteries), and left ventricular hypertrophy (occurs in the heart muscle). Hypertension can also cause kidney failure, other vessel diseases and other diseases. High blood pressure can be caused by various factors, one of which is stress. Stress is a nonspecific response from the body to any pressure or demand that may arise, both from pleasant and unpleasant conditions. The purpose of this service is to increase public knowledge about early detection of hypertension in the Class II B Penitentiary Padangsidimpuan. This activity is in the form of delivery of information about hypertension, prevention and measures taken to measure blood pressure as a first step to determine pressure. The number of participants in the activities totaled 40 people. Prison fostered residents look enthusiastic in participating in activities and provide feedback. The target population is expected to have awareness to maintain health, especially to prevent hypertension, the ultimate goal of which is to improve the degree of optimal health

**Keywords :** *Early detection, hypertension, prison.*

## 1. PENDAHULUAN

Penyakit kardiovaskuler merupakan penyebab utama morbiditas dan mortalitas di seluruh dunia (Go, Mozaffaria, Roger, Benjamin, Berry, Borden, et al., 2012). Menurut data dari World Health Organization (WHO) tahun 2013 penyakit jantung iskemik dan stroke termasuk dalam peringkat satu dan dua dari 10 penyebab utama kematian di dunia yaitu menyebabkan 7 juta (11,2%) dan 6,2 juta (10,6%) orang meninggal setiap tahunnya. Berdasarkan seluruh data yang telah dikumpulkan dari WHO, pada tahun 2015 diperkirakan kematian akibat penyakit jantung dan pembuluh darah meningkat menjadi 20 juta jiwa, kemudian akan tetap meningkat sampai tahun 2030, diperkirakan 23,6 juta penduduk akan meninggal akibat penyakit jantung dan pembuluh darah (WHO, 2013). Menurut WHO (2013) Indonesia berada dalam deretan 10 negara dengan prevalensi hipertensi tertinggi di dunia.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (2018) menunjukkan bahwa prevalensi penyakit hipertensi pada penduduk umur >18 tahun di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 34%. Propinsi Sulawesi Utara merupakan salah satu propinsi yang angka kejadian hipertensi masih tinggi yaitu sekitar 19,2% (Riskesdas, 2013). Prevalensi hipertensi terbanyak di provinsi Kalimantan Selatan terjadi pada penduduk umur >18 tahun. Prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur >18 tahun yaitu di provinsi Kalimantan Selatan sekitar 44,1% (Riskesdas, 2013).

Pengelolaan pada penderita hipertensi sangat diperlukan, salah satunya menggunakan model self-management untuk kelompok penderita hipertensi. *Chronic Disease Self-management Program* (CDSMP) merupakan program yang sangat murah, yang membantu individu dengan kondisi kronis untuk belajar mengelola dan meningkatkan kesehatan individu. Program ini berfokus pada individu yang mengalami kondisi kronis seperti

manajemen nyeri, nutrisi, olahraga, penggunaan obat, emosi dan komunikasi (National Council Of Aging [NCOA], 2011).

Di dunia diperkirakan 7,5 juta kematian disebabkan oleh tekanan darah tinggi. Pada tahun 1980 jumlah orang dengan hipertensi ditemukan sebanyak 600 juta dan mengalami peningkatan menjadi hampir 1 milyar pada tahun 2008 (WHO, 2013).

Penyakit hipertensi atau tekanan darah tinggi masih ancaman serius bagi masyarakat Sumatera Utara (Sumut) dengan jumlah penderita mencapai 50.000 orang lebih. Jumlah penderita Hipertensi di Sumatera Utara pada tahun 2016, ternyata masih cukup tinggi. Berdasarkan data yang diterima dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, tercatat 50162 orang menderita Hipertensi. Bahkan, jumlah itu belum seluruhnya karena 10 Kabupaten/Kota yakni Medan, Deli Serdang, Labuhan Batu Selatan, Tanjung Balai, Tapanuli Utara, Samosir, Tapanuli Selatan Nias dan Nias Utara yang belum menyerahkan data ke Dinkes Sumut.

Di RSUD dr Pirngadi Medan, sebanyak 186 pasien meninggal dunia sepanjang Januari-November 2016. Kepala Bidang Penanggulangan Masalah Kesehatan, Dinas Kesehatan (Dinkes) Sumut, dr NG Hikmet, menyebutkan, jumlah penderita hipertensi di daerah ini pada 2016 masih cukup tinggi. Berdasarkan data Dinkes, tercatat 50.162 orang penderita hipertensi di Sumut. Jumlah ini memang lebih sedikit dibanding periode Januari-Oktober 2015 yang mencapai 51.939 orang. Namun, jumlah itu masih bisa bertambah mengingat data dari 10 kabupaten/kota belum masuk.

Tekanan darah tinggi dapat disebabkan oleh berbagai macam faktor, salah satunya adalah stres. Stres merupakan suatu respon nonspesifik dari tubuh terhadap setiap tekanan atau

tuntutan yang mungkin muncul, baik dari kondisi yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan (Sadock & Sadock, 2003).

## 2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan ini berlangsung selama 120 menit ini dilaksanakan di Aula Lapas Klas II Padangsidempuan pada sebagian warga binaan lapas. Adapun tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan informasi kepada warga binaan lapas bagaimana pencegahan penyakit hipertensi. Penyuluhan berupa presentase dan pemberian poster. Jumlah peserta kegiatan berjumlah 40 orang warga binaan lapas. Penyuluhan dilakukan kepada warga binaan pemasyarakatan di lapas klas II B Padangsidempuan yang diawali dengan pembukaan oleh moderator selama 15 menit dengan menyampaikan salam pembukaan acara dan isi materi disampaikan langsung oleh pemateri selama 60 menit. Setelah materi di sampaikan, pemateri memberikan waktu untuk sesi tanya-jawab selama 45 menit. Sesi tanya-jawab terdiri dari warga binaan bertanya kepada pemateri dan pemateri memberikan jawaban dari pertanyaan kepada warga binaan. Warga binaan diberikan kesempatan untuk bertanya kepada pemateri dan menyampaikan *feedback*. Warga binaan terlihat antusias dalam mengikuti penyuluhan. Sebelum penyampaian materi selesai dilakukan pengukuran tekanan darah kepada semua peserta yang hadir.

Pemeriksaan tekanan darah dilakukan pada akhir pertemuan, dengan harapan para warga binaan mengetahui hasil tekanan darahnya saat ini. Ada beberapa orang yang mengalami tekanan darah tinggi (hipertensi). Hasil wawancara dilakukan ternyata sebagian yang terkena hipertensi ini sudah menderita hipertensi jauh sebelum masuk Lembaga Pemasyarakatan. Dari 27 orang didapati umur 53 tahun tertua dan termuda umur 21 tahun, tekanan darah yang paling tinggi adalah 160/100 mmHg

dan terendah adalah 110/80 mmHg, dan yang menderita hipertensi sebanyak 6 orang.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan penyuluhan ini di lanjutkan dengan memberikan evaluasi kepada warga binaan. Para warga binaan sangat antusias dan bersemangat dalam mengikuti kegiatan penyuluhan ini. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya peserta yang menunjuk tangan untuk bertanya dan merespon materi yang disampaikan oleh pemateri. Penyuluhan dimulai dengan mengumpulkan sebagian warga binaan dalam ruangan, tepatnya di Aula Lapas Klas II B Padangsidempuan. Seluruh warga binaan yang mengikuti kegiatan penyuluhan terlihat tertib dan sesuai dengan arahan pemateri. Setelah penyampaian materi, pemateri memberikan waktu untuk sesi tanya-jawab seputar materi yang diberikan.

## 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan berjalan dengan baik. Warga binaan pemasyarakatan di lapas klas II B Padangsidempuan yang mengikuti kegiatan terlihat antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan tentang Deteksi Dini dan Upaya Pencegahan Penyakit Hipertensi. Terkait penyakit hipertensi warga binaan harusnya diberikan informasi bagaimana mencegah terjadinya penyakit ini dan warga binaan yang terkena penyakit ini dapat sesegera mungkin memeriksakan kesehatannya dan melakukan pengobatan, agar penyakit tersebut tidak semakin parah harus sering melakukan pengukuran tekanan darah secara berkala, dan konsumsi obat alami / herbal untuk menurunkan tekanan darah, serta menghindari makanan yang dapat memicu terjadinya kenaikan tekanan darah.

## 5. REFERENSI

Vitahealth, 2018. Informasi Lengkap

Untuk Penderita Dan Keluarganya  
Hipertensi. Gramedia, Jakarta.

Direview tanggal: September 25, 2018 |  
Terakhir Diedit: September 25,  
2018

Pusat Data Dan Informasi Kementrian  
Kesehatan RI

## 6. DOKUMENTASI PELAKSANAAN

