

Pemeriksaan Kesehatan Tekanan Darah Di Kantor Kelurahan Biraeng Kecamatan Minasatene Kabupaten Pangkep

Nurhaedah¹, Agus Sutarna^{2*}, Dahlan Abdullah³, Haedir⁴, Donny Aditia⁵, Jeanne d'Arc Zafera Adam⁶, Cut Ita Erliana⁷

¹ Program Studi Ilmu Keperawatan, Stikes Amanah Makassar

⁵ Program Studi Ilmu Keperawatan, Stikes Cirebon

³ Program Studi Teknologi Informasi, Universitas Malikussaleh

⁴ Program Studi Ilmu Keperawatan, Stikes Datu Kamanre

⁵ Program Studi Bedah Anak, Universitas Gadjah Mada

⁶ Program Studi Kesehatan Gigi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Manado

⁷ Program Studi Teknologi Informasi, Universitas Malikussaleh

Abstract

Blood pressure is the power needed so that blood can flow in the blood vessels and circulate to all tissues of the human body. Blood smoothly circulates to all parts of the body functioning as a medium for transporting oxygen and other substances needed for the life of cells in the body. The purpose of this activity is to provide basic health information to the public regarding physical examinations, blood pressure, as well as provide counseling based on the results of health checks so that a healthy society is created and to find out the average community blood pressure. So that if you find results that are not within normal limits, you can immediately be given education to regulate your lifestyle and are advised to consult the nearest doctor. If we can find out abnormal processes in the body as soon as possible then complications from the disease can be avoided as early as possible and for the implementation of PKM activities carried out at the Biraeng Village Office, Minasatene District, Pangkep Regency which will be held in May 2023.

Keywords: Health Examination, Blood Pressure, Complications, Biraeng Village

Abstrak

Tekanan darah adalah daya yang di perlukan agar darah dapat mengalir di dalam pembuluh darah dan beredar mencapai seluruh jaringan tubuh manusia. Darah dengan lancar beredar ke seluruh bagian tubuh berfungsi sebagai media pengangkut oksigen serta zat lain yang di perlukan untuk kehidupan sel-sel di dalam tubuh. Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan informasi dasar kesehatan kepada masyarakat tentang pemeriksaan fisik, Tekanan Darah, Serta memberikan penyuluhan berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan sehingga terwujudnya masyarakat yang sehat serta untuk mengetahui rata rata tekanan darah masyarakat. Sehingga apabila ditemukan hasil yang tidak dalam batas normal, bisa langsung diberikan edukasi untuk mengatur pola hidup dan disarankan untuk melakukan konsultasi ke dokter terdekat. Jika kita dapat mengetahui proses abnormal dalam tubuh secepat mungkin maka komplikasi terhadap penyakit tersebut pun dapat sedini mungkin dihindari dan untuk pelaksanaan kegiatan PKM dilaksanakan di Kantor Kelurahan Biraeng Kecamatan Minasatene Kabupaten Pangkep yang dilaksanakan pada bulan Mei 2023.

Kata Kunci: Pemeriksaan Kesehatan, Tekanan Darah, Komplikasi, Kelurahan Biraeng

***Penulis Korespondensi :** Agus Sutarna

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

I. PENDAHULUAN

Tekanan darah adalah tekanan dari darah yang dipompa oleh jantung terhadap dinding arteri. Pada manusia, darah dipompa melalui dua sistem sirkulasi terpisah dalam jantung yaitu sirkulasi pulmonal dan sirkulasi sistemik. Ventrikel kanan jantung memompa darah yang kurang O₂ ke paru-paru melalui sirkulasi pulmonal di mana CO₂ dilepaskan dan O₂ masuk ke darah. Darah yang mengandung O₂ kembali ke sisi kiri jantung dan dipompa keluar dari ventrikel kiri menuju aorta melalui sirkulasi sistemik di mana O₂ akan dipasok ke seluruh tubuh. Darah mengandung O₂ akan melewati arteri menuju jaringan tubuh, sementara darah kurang O₂ akan melewati vena dari jaringan tubuh menuju ke jantung. Tekanan darah diukur dalam milimeter air raksa (mmHg), dan dicatat sebagai dua nilai yang berbeda yaitu tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik. Tekanan darah sistolik terjadi ketika ventrikel berkontraksi dan mengeluarkan darah ke arteri sedangkan tekanan darah diastolik terjadi ketika ventrikel berelaksasi dan terisi dengan darah dari atrium. Tekanan darah rata-rata orang dewasa muda yang sehat (sekitar 20 tahun) adalah 120/80 mmHg. Nilai pertama (120) merupakan sistolik dan nilai kedua (80) merupakan tekanan darah diastolik. Untuk mengukur tekanan darah, dapat menggunakan sfigmomanometer yang ditempatkan di atas arteri brakialis pada lengan.

Berdasarkan beberapa penelitian, orang yang menderita hipertensi memiliki peluang 12 kali lebih besar untuk terkena stroke dan 6 kali lebih besar untuk terkena serangan jantung. Terapi nonfarmakologis yang wajib dilakukan oleh penderita hipertensi salah satunya adalah melakukan relaksasi. Relaksasi adalah salah satu bentuk terapi yang berupa pemberian intruksi kepada seseorang dalam bentuk gerakan-gerakan yang tersusun secara sistematis untuk merilekskan pikiran dan anggota tubuh. Slow deep breathing merupakan salahsatu jenis relaksasi yang dapat dilakukan pada penderita hipertensi. Slow deep breathing merupakan teknik relaksasi yang disadari berfungsi untuk mengatur pernapasan secara dalam dan lambat (Anugraheni, 2017). Kejadian penyakit darah tinggi di Indonesia masih tinggi sehingga menjadi masalah kesehatan di masyarakat. Penyakit jantung dan penyakit pembuluh darah merupakan factor resiko yang diakibatkan oleh hipertensi.

II. METODE

Tahap pelaksanaan kegiatan meliputi :

1. Perijinan

Menindak lanjuti Surat permohonan dari Kecamatan Minasatene tentang permohonan pemeriksaan kesehatan

2. Koordinasi dengan Kelurahan Biraeng

Koordinasi dilakukan dengan Bapak Kelurahan Biraeng untuk menanyakan tempat kegiatan pemeriksaan kesehatan.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

3. Pemeriksaan Kesehatan

Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan meliputi pemeriksaan fisik, tekanan darah.

4. Pembacaan hasil

Hasil pemeriksaan dicatat pada kartu hasil yang kemudian di bacakan satu persatu kepada peserta tentang hasil tekanan darah.

5. Penyuluhan Setelah proses pembacaan hasil dilanjutkan dengan proses penyuluhan yaitu dengan cara memberikan informasi tentang resiko komplikasi jika tekanan darah (Hipertensi) yang melebihi dari batas normal. Selain memberikan informasi tentang resiko komplikasi pada nilai diatas batas normal, juga diberikan informasi cara pencegahan dan cara hidup sehat dengan harapan dapat memperbaiki kualitas hidup. Jika ditemukan dengan hasil pemeriksaan tekanan darah yang tinggi disarankan melakukan pemeriksaan pada puskesmas ataupun dokter.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN



Jumlah warga yang hadir dan melakukan pemeriksaan kesehatan adalah 15 orang. Antusiasnya sangat membantu jalannya program ini. Dari anamnesis yang dilakukan di dapatkan ada beberapa warga yang mempunyai riwayat hipertensi dan banyak dari mereka memiliki faktor resiko besar mengalami hipertensi yaitu pola hidup yang tidak terkontrol dengan baik. Pada saat kegiatan itu dilakukan pengukuran tekanan darah, kemudian membawa hasil pemeriksaan dan akan diberikan informasi pengetahuan terhadap hasil pemeriksaan tentang resiko komplikasi yang dapat ditimbulkan apabila

tekanan darah di atas ambang normal. Dari hasil pemeriksaan tersebut juga diberikan pengetahuan cara pencegahan terhadap penyakit yang akan ditimbulkan. Berdasarkan kegiatan pemeriksaan yang telah dilakukan, didapatkan yang prehipertensi sebanyak 3 orang. Pemeriksaan tekanan darah atau cek tensi merupakan prosedur untuk mengukur seberapa kuatnya tekanan darah di arteri saat jantung dipompa. Prosedur ini umumnya dilakukan dengan sphygmomanometer atau tensimeter baik yang pompa (manual) atau mesin otomatis. Selain itu, pemeriksaan tekanan darah dapat dilakukan sebagai bagian dari pemeriksaan kesehatan rutin atau sebagai skrining untuk tekanan darah tinggi (hipertensi).

IV. KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat dengan topik “Pemeriksaan Kesehatan Tekanan Darah Di Kantor Kelurahan Biraeng Kecamatan Minasatene Kabupaten Pangkep” telah terlaksana dengan baik. Sambutan masyarakat sangat baik dan mengharapkan kegiatan serupa dilaksanakan secara rutin.

Pemeriksaan tekanan darah bertujuan untuk membantu mendeteksi atau mendiagnosis masalah kesehatan sejak dini dan juga dapat memberikan anjuran akan langkah untuk menjaga kestabilannya tekanan darah yang dialami. Sedangkan dengan Health education dan atau Penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan kesehatan tentang tekanan darah tinggi, pengukuran tekanan darah, serta komplikasi pada tekanan darah tinggi (stroke dan Penyakit Jantung Koroner dan pengukuran tekanan darah secara berkala pada kader kesehatan di Puskesmas Minasatene. Peningkatan pengetahuan dari kader kesehatan mengenai hipertensi dan komplikasi hipertensi dan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman kader kesehatan mengenai hipertensi dan komplikasi hipertensi. Hasil evaluasi PKM bahwa kader kesehatan dapat memahami materi penyuluhan dari analisis data kuesioner.

DAFTAR PUSTAKA

1. Anggraini, AD., Waren, S., Situmorang, E., Asputra, H., dan Siahaan, SS. 2019. Faktor--Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Yang Berobat Di Poliklinik Dewasa Puskesmas Bangkinang Periode Januari Sampai Juni 2008.Fakultas Kesehatan. Universitas Riau. Files of DrsMed-FK UNRI : 1-41Awal. Journal of Nutrition College, No. 1, Tahun 2012.
2. Budi, Ls., Sulchan, HM., Wardani, RS. 2019. Beberapa Faktor yang Berhubungan dengan Tekanan Darah pada Usia Lanjut di RW VIII Kelurahan Krobokan Kecamatan Semarang Barat Kota Semarang. Abstrak. Fakultas Kesehatan

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

- Masyarakat Universitas.
- Masdarwati, M., Kadir, E., Serli, S., Ruben, S. D., Rahmat Pannyiwi, & Rante, A. (2023). Penyuluhan Tentang Makanan Pendamping Asi Dengan Status Gizi Balita. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 40–42. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v1i2.28>.
 - Dewhurst M, Dewhurst F, Gray W, Chaote P, Orega G, Walker W. The high prevalence of hipertekanan darahon in rural-dwelling Tanzanian older adults and the disparity between detection, treatment and control: a rule of sixths. *Journal of Human Hypertension*. 2020;27: 374-380. Bungo Tanjung, Sumatera Barat. Skripsi. Universitas Sumatera Utara.Karo SK. 2022. Hipertensi adalah Masalah Kesehatan Masyarakat. Dalam: Rilantono LI (penyunting). “Penyakit Kardovaskular (PKV) 5 Rahasia” selected reading, hlm. 235-248. Jakarta. Badan Penerbit Fakultas Kedokteran UniversitasIndonesia.
 - Rahajeng, E., Tuminah, S. 2019. Prevalensi Hipertensi dan Determinannya di Indonesia. *Majalah Kedokteran Indonesia*. 59(12):580-587Setyanda, Y. O. G.
 - Sulastri, D., & Lestari, Y. (2015). Hubungan merokok dengan kejadian hipertensi pada laki-laki usia 35-65 tahun di Kota Padang.*Jurnal kesehatan andalas*,4(2).
 - Sigarlaki, HJO. 2020. Karakteristik Dan Faktor Berhubungan Dengan Hipertensi Di Desa Bocor, Kecamatan Bulus Pesantren, Kabupaten Kebumen, Jawa Tengah, Tahun 2020. *Makara, Kesehatan*. 10 (2): 78-88.
 - Singalingging, G. 2021. Karakteristik Penderita Hipertensi Di Rumah Sakit Umum Herna Medan 2011. Medan : 1-6. Stockslager, J.L., Schaeffer, L. (2018). *Asuhan Keperawatan Geriatric*. Edisi 2. Jakarta: EGC.
 - Sulchan, Muhammad, Vindy Destiany. 2021. Asupan Tinggi Natrium dan LamaMenonton TV Sebagai Faktor Risiko Hipertensi Obeistik pada Remaja World Health organization (WHO). (2019). A global brief on Hypertension. Silent killer, Global Public Health Crisis. World Health Organization. World Health Day2013.
 - Utah Department of Health. Blood Pressure Measurement. 2006;22–40. 2. Sherwood L. *Fisiologi Manusia: Dari Sel ke Sistem*. Jakarta: EGC; 2012. 298-314. 3. Heart Disease & Stroke Prevention Program. Blood Pressure Measurement Standardization Protocol. :42. 4.
 - Zulfikri M. Perubahan Hemodinamik dan Terapi Hipertensi dari Aspek Kardiovaskuler. 1996. 24-25. 5.
 - Sherwood L. *Fisiologi Manusia: Dari Sel ke Sistem*. In Jakarta: EGC; 2012. 304–5. 6. Noyes B. The History of the Thermometer and the Sphygmomanometer. 1936 Feb;24(3):155–65. 7. Report TS. The Seventh Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation and Treatment of High Blood Pressure. In: Blood Pressure. U.S. Department Of Health And Human Services; 2003.



e-ISSN: 2964-9196
Vol. 1 No.3 Juni 2023

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

1206–52. 8.

13. Beevers G, Lip GYH, Brien EO. Blood pressure measurement. 2001;981–5. 9. Frese EM, Fick A, Sadowsky HS. Blood pressure measurement guidelines for physical therapists. *Cardiopulm Phys Ther J.* 2011;22(2):5–12.