

Pelatihan Dan Pendampingan Kader Posyandu Dalam Pencegahan Dan Pengendalian Hipertensi*Training And Guidance Of Posyandu Cadres In Prevention And Control Of Hypertension***Muhammad Basri*, Ismail, Sitti Rahmatia**

Jurusan Keperawatan Poltekkes Makassar

*Korespondensi Email : muhammad.basri00@gmail.com**ABSTRACT**

Non-communicable diseases (NCDs) are one of the leading causes of death in the world today and have become a concern not only for the community at the national level but also for the global community. Data from the World Health Organization shows that non-communicable diseases are still the leading cause of death in the world, representing 63% of all reported annual deaths. Hypertension is an increase in blood pressure, which is more than 120/80 mmHg. In Indonesia, hypertension is also a health problem that needs attention because of its high prevalence rate due to the long-term effects it causes. The method of implementing this Community Service is by conducting socialization of knowledge and in-depth understanding to Posyandu cadres about controlling and preventing hypertension. Results: Community service activities show that there is an increase in cadre knowledge about the concept and prevention of hypertension to be good = 80% and sufficient = 20%. Conclusion: there is an increase in the skills of Posyandu cadres after receiving training on measuring blood pressure and cadres are able to measure blood pressure correctly.

Keywords: hypertension, Posyandu cadres

ABSTRAK

Penyakit Tidak Menular (PTM) menjadi salah satu penyebab utama kematian di dunia saat ini dan sudah menjadi perhatian tidak hanya oleh masyarakat di tingkat nasional namun sudah menjadi perhatian bagi masyarakat global. Dari data *World Health Organization* menunjukkan bahwa penyakit tidak menular sejauh ini masih menjadi penyebab utama kematian di dunia, dimana mewakili 63% dari semua kematian tahunan yang dilaporkan. Hipertensi merupakan kenaikan tekanan darah yaitu lebih dari 120/80 mmHg. Di Indonesia, hipertensi juga merupakan masalah kesehatan yang perlu diperhatikan karena angka prevalensinya yang tinggi akibat jangka panjang yang ditimbulkannya. Metode Pelaksanaan Pengabmas ini adalah dengan melakukan sosialisasi pengetahuan dan pemahaman yang mendalam pada kader posyandu tentang pengendalian dan pencegahan hipertensi. Hasil : kegiatan pengabmas menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan kader tentang konsep dan pencegahan hipertensi menjadi baik = 80% dan cukup = 20%. Kesimpulan : terlihat peningkatan keterampilan kader Posyandu setelah mendapatkan pelatihan mengenai pengukuran tekanan darah dan Kader sudah mampu mengukur Tekanan Darah dengan benar.

Kata kunci : *hipertensi, Kader Posyandu***PENDAHULUAN**

Dari data *World Health Organization* menunjukkan bahwa penyakit tidak menular sejauh ini masih menjadi penyebab utama kematian di dunia, dimana mewakili 63% dari semua kematian tahunan yang dilaporkan. Menurut WHO tahun 2011 Kematian akibat PTM diperkirakan akan terus meningkat di seluruh dunia dan lebih dari dua pertiga atau sekitar 70% dari populasi global akan meninggal akibat penyakit tidak menular seperti stroke, penyakit jantung, diabetes mellitus, dan hipertensi dan terus meningkat pada tahun 2030 sebanyak 52 kematian pertahun.

Adapun prevalensi hipertensi yang tertinggi terdapat di kawasan Asia Tenggara terdapat 36% orang dewasa yang menderita hipertensi dan mengakibatkan 1,5 juta orang meninggal setiap tahunnya (Mangendai et al dalam Pramana. 2019). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan dilihat pada tahun 2013 prevalensi hipertensi sebesar 25,8%, pada tahun 2018 mengalami peningkatan sebesar 34,1%. Prevalensi hipertensi yang tertinggi melalui pengukuran pada penduduk umur > 18 tahun terdapat di Kalimantan Selatan sebesar 44,1% diikuti Jawa Barat 39,60%. DKI Jakarta tahun 2018 prevalensi hipertensi sebesar 38%. Hipertensi merupakan kenaikan tekanan darah yaitu lebih dari 120/80 mmHg. Hipertensi dapat dikatakan yaitu lebih dari 140/90 mmHg Di Indonesia, hipertensi juga merupakan masalah kesehatan yang perlu diperhatikan karena angka prevalensinya yang tinggi akibat jangka panjang yang ditimbulkannya.

Hipertensi memang bukan penyakit yang menular, namun kita juga tidak bisa menggapnya sepele. Selayaknya kita harus waspada. Sampai saat ini, usaha-usaha baik untuk mencegah maupun mengobati penyakit hipertensi belum berhasil sebelumnya, hal ini dikarenakan banyak faktor penghambat yang mempengaruhi seperti kurangnya pengetahuan tentang hipertensi dan juga keperawatannya.

METODE PELAKSANAAN**Lokasi dan Waktu**

Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan pada hari Rabu Tanggal 26 Juni 2024 yang bertempat

di Wilayah Kerja Puskesmas Mamajang Kota Makassar dengan sasaran 20 orang Kader Posyandu.

Khalayak Sasaran

Sasaran dari kegiatan ini adalah Kader Posyandu sebagai tangan kanan Puskesmas Mamajang tentang pentingnya pemantauan tekanan darah bagi individu dengan hipertensi, karena tekanan darah yang tidak terkontrol dapat memperburuk kondisi hipertensi.

Metode Pengabdian

Pelaksanaan Program Pengabdian Masyarakat ini sebagai berikut :

- Tahap I : Analisis lapangan dengan melakukan koordinasi dengan Mitra tentang identifikasi kebutuhan, potensi dan kelemahan yang ada, penentuan solusi dan kegiatan yang akan dilakukan, serta pengorganisasian kegiatan.
- Tahap II : Melakukan koordinasi dengan Tim kerja (mitra) dalam mengumpulkan peserta penyuluhan dalam hal ini adalah yang menderita hipertensi, serta sosialisasi pengetahuan dan pemahaman yang mendalam pada kader posyandu tentang pengendalian dan pencegahan hipertensi.
- Tahap III. Kegiatan pemberdayaan kader melalui penyuluhan dan pelatihan tentang hipertensi yang mana sebelumnya dilakukan terlebih dahulu *pre dan post test* lalu dilanjutkan dengan penyuluhan kesehatan.

Indikator Keberhasilan

Keberhasilan kegiatan Pengabmas ini adalah pencapaian target luaran kegiatan. Teknik untuk mengukur dilakukan dengan *pre dan post test* dan observasi kualitas yang dihasilkan.

Metode Evaluasi

Diakhir kegiatan, tim pengabdian memberikan kuesioner kembali guna melihat sejauh mana keberhasilan yang dicapai dari kegiatan pengabdian. Hasil dari kuesioner akan ditindaklanjuti. Tim pengabdian mengacu kepada output pada tiap kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan dalam bentuk Pelatihan dan Penyuluhan bagi Kader Posyandu di Wilayah Kerja Puskesmas Mamajang Kota Makassar yang dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 26 Juni 2024. Jumlah peserta yang hadir sesuai dengan jumlah undangan yang disebar oleh koordinator kader.



Gambar 1. Pemberian sambutan oleh ibu Kepala Lurah

Acara dibuka dahulu oleh pembawa acara dengan mengucapkan selamat datang di kegiatan ini. Selanjutnya acara dilanjutkan dengan pemberian kata sambutan oleh ibu Kepala Kelurahan Mamajang Kota Makassar.



Gambar 2. Pemaparan materi oleh Tim Pengabdian

Setelah kata sambutan, acara langsung masuk ke acara inti yaitu pemaparan materi pelatihan dan penyuluhan oleh Tim Penyuluh. Pemaparan berlangsung selama kurang lebih 30 menit kemudian dilanjutkan dengan sesi diskusi sekaligus pelatihan mengukur tekanan darah. Dan sebelum acara ditutup dilakukan penyerahan alat pengukur tekanan darah kepada Kader Posyandu.



Gambar 3. Pelatihan mengukur tekanan darah



Gambar 4. Penyerahan alat pengukur tekanan darah kepada Kader Posyandu.

Kegiatan Pengabdian ini dihadiri oleh 20 orang Kader Posyandu di Wilayah Kerja Puskesmas Mamajang Kota Makassar. Selama pelaksanaan kegiatan para Kader Posyandu ini sangat antusias mengikuti kegiatan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pre-test yang dilakukan sebelum penyuluhan dimulai, sebanyak 40% dari total peserta belum memahami konsep dasar hipertensi, termasuk definisi, faktor risiko, gejala, serta cara pencegahan dan pengendaliannya. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan informasi yang cukup besar di kalangan kader posyandu, yang merupakan ujung tombak pelayanan kesehatan primer di wilayah tersebut. Minimnya pengetahuan ini dapat menjadi hambatan dalam memberikan edukasi yang tepat kepada masyarakat, sehingga berpotensi menyebabkan kurang efektifnya upaya pencegahan dan deteksi dini hipertensi di tingkat komunitas.

Setelah dilakukan penyuluhan dan pelatihan, hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang signifikan. Sebanyak 80% kader mencapai kategori “baik” dalam pengetahuan tentang hipertensi, sementara 20% sisanya berada dalam kategori “cukup”. Perubahan ini membuktikan bahwa intervensi berupa penyuluhan yang disampaikan secara sistematis dan interaktif mampu meningkatkan kapasitas kader dalam memahami isu kesehatan utama seperti hipertensi.

Proses penyuluhan melibatkan metode penyampaian materi yang bervariasi, termasuk paparan menggunakan media visual, diskusi kelompok, serta sesi tanya jawab. Pendekatan ini tidak hanya memudahkan kader dalam menyerap informasi, tetapi juga meningkatkan keterlibatan mereka dalam proses pembelajaran. Selain itu, distribusi leaflet sebagai panduan tambahan membantu kader dalam mengingat materi yang telah disampaikan dan digunakan sebagai referensi saat memberikan edukasi kepada masyarakat.

Salah satu aspek penting dalam kegiatan ini adalah pelatihan praktis mengenai cara mengukur tekanan darah dengan benar. Dalam pelatihan ini, kader diberikan kesempatan langsung untuk mempraktikkan penggunaan tensimeter digital dan manual di bawah bimbingan tim pengabdian. Setelah melalui tahapan pelatihan tersebut, seluruh kader mampu melakukan pengukuran tekanan darah dengan baik dan benar. Ini menjadi salah satu indikator utama keberhasilan program, karena kemampuan mengukur tekanan darah merupakan langkah awal dalam deteksi dini hipertensi.

Dengan memiliki alat ukur tekanan darah yang diserahkan oleh tim pengabdian, kader posyandu diharapkan dapat lebih aktif dalam melakukan pemantauan kesehatan masyarakat, terutama bagi kelompok rentan seperti lansia dan individu dengan riwayat keluarga hipertensi. Keberadaan alat ini juga akan mendukung kegiatan rutin posyandu, khususnya dalam skrining masalah kesehatan jangka panjang seperti hipertensi dan penyakit metabolik lainnya.

Respon peserta terhadap kegiatan ini sangat positif. Mayoritas kader menyatakan bahwa penyuluhan dan pelatihan yang diberikan sangat bermanfaat dan relevan dengan tugas mereka di lapangan. Antusiasme peserta terlihat dari partisipasi aktif dalam sesi diskusi dan praktik pengukuran tekanan darah. Beberapa kader juga menyampaikan apresiasi atas tersedianya leaflet dan alat pengukur tekanan darah, yang dinilai sebagai dukungan nyata dalam menjalankan fungsi mereka sebagai petugas kesehatan di tingkat masyarakat.

Keberhasilan kegiatan ini juga tercermin dari data evaluasi yang dikumpulkan melalui kuesioner post-test. Evaluasi ini tidak hanya bertujuan untuk mengukur peningkatan pengetahuan kader, tetapi juga untuk mengidentifikasi area yang masih perlu dikembangkan dalam program lanjutan. Meskipun mayoritas kader sudah memahami konsep dasar hipertensi, beberapa topik seperti manajemen pola hidup sehat dan komplikasi jangka panjang hipertensi masih menjadi fokus yang perlu penguatan di masa mendatang.

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini juga memberikan dampak tidak langsung yang cukup signifikan. Dengan meningkatnya kapasitas kader, diharapkan akan terjadi peningkatan kualitas layanan kesehatan di tingkat posyandu, terutama dalam hal deteksi dini dan pencegahan penyakit tidak menular seperti hipertensi. Kader yang lebih berpengetahuan dan terlatih akan mampu menjadi agen perubahan dalam masyarakat, membantu mendorong perubahan perilaku hidup sehat, serta meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya kontrol kesehatan secara berkala.

Namun demikian, masih ada beberapa kendala yang ditemukan selama pelaksanaan kegiatan. Salah satunya adalah waktu pelaksanaan yang relatif singkat, sehingga beberapa topik

tidak bisa dibahas secara mendalam. Selain itu, meskipun jumlah peserta sudah sesuai target, masih ada potensi untuk melibatkan lebih banyak kader dari wilayah lain guna memperluas cakupan dampak program. Untuk itu, rekomendasi ke depan adalah melakukan pengabdian lanjutan dengan durasi lebih panjang dan melibatkan lebih banyak stakeholder terkait, seperti puskesmas, dinas kesehatan daerah, dan organisasi profesi kesehatan.

Secara keseluruhan, kegiatan Pengabdian Masyarakat ini telah berhasil mencapai tujuan utamanya, yaitu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan Kader Posyandu dalam pengelolaan hipertensi. Upaya ini merupakan langkah penting dalam membangun kapasitas sumber daya manusia di bidang kesehatan dasar, yang pada gilirannya akan berkontribusi dalam menurunkan angka kejadian hipertensi dan komplikasinya di masyarakat.

Sebagai bagian dari pendekatan preventif dan promotif dalam sistem kesehatan nasional, pemberdayaan kader posyandu harus terus didukung melalui pelatihan reguler, penyediaan sarana prasarana, serta integrasi dengan program-program kesehatan lainnya. Dengan begitu, upaya pencegahan penyakit tidak menular, termasuk hipertensi, dapat dilakukan secara lebih efektif dan berkelanjutan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Program pengabdian masyarakat dengan Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu dalam Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi berjalan sukses. Keberhasilan pelatihan Kader Posyandu tentang pengukuran Tekanan Darah terjadi peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan sebelum dan sesudah pelatihan. Demikian pula, terlihat peningkatan keterampilan kader Posyandu setelah mendapatkan pelatihan mengenai pengukuran tekanan darah dan Kader sudah mampu mengukur Tekanan Darah dengan benar.

Saran

Pengembangan program pengabdian, khususnya terkait upaya pengendalian hipertensi, terus ditingkatkan untuk memastikan kemandirian kader Posyandu dalam melakukan deteksi dini kasus hipertensi dan pengelolaan hipertensi di Masyarakat

UCAPAN TERIMA KASIH

Pengabdian Kepada Masyarakat ini terselenggara berkat dukungan dari Mitra dalam hal ini Puskesmas Mamajang Kota Makassar serta Kader Posyandu yang selalu bersedia bekerjasama untuk terlaksananya kegiatan ini. Demikian halnya Kantor Kelurahan Mamajang sebagai Mitra Puskesmas yang telah memfasilitasi keseluruhan kegiatan ini.

REFERENSI

Adhania CC, Wiwaha G, Fianza PI. 2018. Prevalensi Penyakit Tidak Menular pada Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama di Kota Bandung Tahun 2013- 2015. Bandung

Aprillia Y. Gaya Hidup dan Pola Makan Terhadap Kejadian Hipertensi. J Ilm Kesehat Sandi Husada. 2020;12(2):1044–50.

Damayantie N, Heryani E, Muazir, 2018. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Penatalaksanaan Hipertensi oleh Penderita di Wilayah Kerja Puskesmas Sekernan Ilir Kabupaten Muaro Jambi* Tahun 2018. Jambi.

Henyawati, Thabrany H. 2016. *Perbandingan Klaim Penyakit Katastropik Peserta Jaminan Kesehatan Nasional di Provinsi DKI Jakarta dan Nusa Tenggara Timur* Tahun 2014. Jakarta

Perlmutter, S., Gerlinsky, C., Dermer, M., ... Flowitt, F. (2017). Hypertension management research priorities from patients, caregivers, and healthcare providers: A report from the Hypertension Canada Priority Setting Partnership Group. *Journal of Clinical Hypertension*, 19(11), 1063–1069. <https://doi.org/10.1111/jch.13091>

Muhadi, 2018. JNC 8: Evidence-based Guideline Penanganan Pasien Hipertensi Dewasa. Jakarta.
Simanullang P. *Hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Darussalam Medan*. J Darma Agung. 2018;26:522–32

Tirtana A, Setiawan A. *The Free Of Charge Medical Treatment For Non- Communicable Diseases In Sitimulyo Village*. Abdimas Madani. 2019;1(1).

Widyantoro B. *Perluakah kriteria hipertensi baru dan target pengendalian tekanan darah yang lebih agresif? Telaah paska studi SPRINT serta panduan ACC/AHA 2017 dan ESH/ESC 2018*. Indones J Cardiol. 2018;39(2)

Yarmaliza, Zakiyuddin. *Pencegahan Dini Terhadap Penyakit Tidak Menular (Ptm) Melalui Germas*. J Pengabd Masy Multidisiplin. 2019;2(3): 16