

Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Nelayan Teluk Rhu, Rupa Utara

Zulkarnaini¹, Suyanto², Thamrin³, Ariza Julia Paulina⁴, Rosmayani⁵, Riza Fitriana⁶

^{1,3}Program Studi Ilmu Lingkungan Pascasarjana Universitas Riau

^{2,4}Fakultas Kedokteran Universitas Riau

⁵Program Studi Magister Ilmu Administrasi Pascasarjana Universitas Islam Riau

⁶Program Studi Psikologi Islam Institut Agama Islam Lukman Edy

*Correspondent email: zul.karnaini@lecturer.unri.ac.id

Received: 29 Oktober 2024 | Accepted: 30 Desember 2024 | Published: 31 Desember 2024

Abstract. Hypertension is one of the main health problems at risk of causing cardiovascular diseases, such as heart attack and stroke, which requires special attention in coastal areas, including Teluk Rhu Village, North Rupa Sub-district, Bengkalis Regency. Based on an initial survey, the incidence of hypertension in this village is quite high, especially among fishermen who have an irregular lifestyle and limited knowledge about the risks of hypertension. In order to overcome this problem, Community Service activities (PKM) were carried out on May 20, 2024 with the aim of increasing community knowledge and awareness about hypertension through counseling, health checks, and distribution of educational materials. This activity also involves students as facilitators and brings health services closer to people living in remote areas. The evaluation results showed that this program succeeded in increasing community knowledge about hypertension and its prevention measures. Of the 30 participants who took part in the blood pressure check, 10 of them were diagnosed with hypertension and given recommendations for treatment and regular check-ups. In addition, this activity also introduced technology in the form of educational media such as posters and videos to deepen the community's understanding of the symptoms and management of hypertension. Although the program has been running well, there is still a need to improve health facilities and early detection to expand the scope of education and treatment, especially for high-risk communities. With the establishment of a hypertension club and improved health services, it is hoped that the prevalence of hypertension can be reduced and the quality of life of the people of Teluk Rhu Village improved.

Keywords: hypertension, health counseling, coastal community

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah salah satu masalah kesehatan yang serius dan menjadi faktor risiko utama bagi berbagai penyakit kardiovaskular, seperti serangan jantung, stroke, dan gagal ginjal. Penyakit ini merupakan salah satu penyebab utama kematian di seluruh dunia, terutama di wilayah-wilayah dengan tingkat kesadaran kesehatan yang rendah. Di kalangan masyarakat pesisir, termasuk para nelayan, hipertensi memerlukan perhatian khusus. Gaya hidup dan pekerjaan mereka yang unik meningkatkan risiko terkena hipertensi. Faktor-faktor seperti pola tidur yang tidak teratur dan kebiasaan merokok adalah beberapa risiko yang dapat dikendalikan untuk mencegah tekanan darah tinggi. Selain itu, tingkat pendidikan dan pendapatan yang rendah juga mempengaruhi kemampuan masyarakat dalam melakukan pencegahan dan pengobatan hipertensi (Anjayati, et al 2023).

Desa Teluk Rhu, yang berada di Kecamatan Rupa Utara, Kabupaten Bengkalis, merupakan contoh wilayah di Indonesia yang menghadapi tantangan besar dalam menangani hipertensi. Sebagian besar penduduk desa ini adalah petani dan nelayan yang memiliki pengetahuan dan kesadaran yang terbatas tentang risiko hipertensi. Akibatnya, pemeriksaan kesehatan dan pengobatan sering kali diabaikan atau dilakukan terlambat. Kondisi sosial ekonomi masyarakat pesisir seperti di Desa Teluk Rhu juga mempengaruhi pengetahuan dan kemampuan mereka dalam mencegah dan mengobati hipertensi. Ketergantungan mereka pada hasil laut sering kali membawa ketidakpastian pendapatan, yang dipengaruhi oleh musim dan cuaca, sehingga membatasi akses mereka terhadap layanan kesehatan yang diperlukan (Zulharman, et al 2024; Ansar & Dwinata, 2019).

Berdasarkan survei awal di wilayah kerja Puskesmas Rupa Utara, jumlah kasus hipertensi di Desa Teluk Rhu cukup tinggi, menjadikannya desa dengan jumlah penderita hipertensi terbanyak. Pola makan yang tinggi natrium, kebiasaan merokok, kurangnya tidur yang berkualitas, serta faktor keturunan

merupakan beberapa penyebab utama tingginya angka hipertensi di daerah ini. Oleh karena itu, upaya preventif seperti penyuluhan dan perubahan pola hidup menjadi sangat penting untuk mengurangi risiko hipertensi di daerah ini (Putri, et al 2021; Nafi & Putriningtyas, 2023).

Untuk mengatasi masalah tersebut, kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) telah dilaksanakan di Desa Teluk Rhu dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai hipertensi. Kegiatan ini mencakup pembagian brosur, leaflet, pemeriksaan kesehatan, dan penyuluhan terkait pencegahan serta pengobatan hipertensi. Melalui kegiatan ini, diharapkan masyarakat dapat lebih memahami pentingnya menjaga pola hidup sehat untuk mencegah komplikasi serius akibat hipertensi. Selain itu, dukungan dari tenaga kesehatan dan pembentukan klub-klub kesehatan di masyarakat menjadi penting dalam mempromosikan perubahan perilaku yang lebih sehat. Edukasi yang lebih baik mengenai hipertensi dan pencegahannya diharapkan dapat menurunkan angka kejadian dan komplikasi penyakit ini di masa mendatang. (Aripin, et al 2015).

METODE PENERAPAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang dilaksanakan di Desa Teluk Rhu, Kecamatan Rupert Utara, Kabupaten Bengkalis, pada 20 Mei 2024, bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat pesisir mengenai hipertensi. Program ini terdiri dari tiga tahap utama: persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan, dengan tujuan memastikan program ini dapat berjalan dengan baik dan mencapai target edukasi yang diharapkan. Indikator keberhasilan program meliputi pelaksanaan kegiatan pelatihan dan edukasi, peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi, serta terbentuknya komunitas pendukung bagi penderita hipertensi di desa tersebut.

Tahap persiapan melibatkan survei lokasi dan koordinasi dengan pihak desa serta Puskesmas setempat. Setelah persiapan selesai, tahap pelaksanaan melibatkan berbagai kegiatan, seperti distribusi brosur dan leaflet, pemeriksaan tekanan darah, serta penyuluhan yang menekankan pencegahan hipertensi, terutama bagi masyarakat nelayan yang rentan. Aktivitas ini dirancang untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya mencegah komplikasi yang disebabkan oleh hipertensi.

Pelaksanaan program berlangsung selama satu hari, dengan berbagai kegiatan yang mencakup ceramah, diskusi, dan edukasi tentang hipertensi. Sebanyak 30 warga setempat berpartisipasi dalam pemeriksaan tekanan darah menggunakan alat sphygmomanometer dan stetoskop, diikuti dengan penyuluhan menggunakan media presentasi untuk memperdalam pemahaman mereka tentang risiko dan pencegahan hipertensi. Program ini dirancang untuk memberikan kesadaran kepada masyarakat tentang pentingnya pencegahan hipertensi dalam mencegah penyakit kardiovaskular.

Untuk mengevaluasi efektivitas program, kuesioner diberikan kepada peserta untuk mengukur peningkatan pengetahuan mereka tentang hipertensi setelah mengikuti kegiatan ini. Selain materi cetak, edukasi juga dilakukan melalui diskusi interaktif yang melibatkan mahasiswa sebagai pendukung kegiatan. Pembentukan klub hipertensi di desa ini juga direncanakan sebagai salah satu indikator keberhasilan jangka panjang, yang diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup masyarakat setempat dalam menghadapi risiko hipertensi.

Melalui pendekatan komprehensif ini, diharapkan masyarakat nelayan di Desa Teluk Rhu menjadi lebih waspada dan tanggap dalam mengelola serta mencegah risiko hipertensi, sehingga dapat mengurangi prevalensi penyakit kardiovaskular di wilayah tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang dilaksanakan di Desa Teluk Rhu, Kecamatan Rupert Utara, Kabupaten Bengkalis, bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat, terutama nelayan yang berusia 40 tahun ke atas, mengenai hipertensi. Desa Teluk Rhu yang berada di wilayah perbatasan dan cukup jauh dari pusat pemerintahan ini menunjukkan tingkat partisipasi yang tinggi dalam kegiatan sosial. Pada 20 Mei 2024 (Gambar 1), pemeriksaan tekanan darah dilakukan terhadap 30 warga, dan ditemukan bahwa 10 di antaranya menderita hipertensi. Warga yang didiagnosis hipertensi diberikan rekomendasi untuk mengonsumsi obat secara teratur dan menjalani pemeriksaan kesehatan rutin.

Selain pemeriksaan kesehatan, PKM ini juga mencakup penyuluhan yang menggunakan media edukasi seperti PowerPoint (PPT) dan leaflet. Penyuluhan yang dilakukan dalam bentuk ceramah dan diskusi interaktif ini berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi secara signifikan. Pradana, (2018) mengatakan Keterlibatan aktif warga dalam diskusi serta antusiasme mereka dalam

mengajukan pertanyaan menunjukkan efektivitas pendekatan ini dalam menyampaikan informasi yang penting mengenai pencegahan dan penanganan hipertensi.

Lebih jauh lagi, program ini juga mengimplementasikan IPTEKS (Inovasi, Penelitian, dan Teknologi) dalam bentuk pengembangan media edukasi seperti poster dan video yang berisi informasi mengenai tanda-tanda, pencegahan, serta pengelolaan hipertensi. Mahasiswa turut dilibatkan dalam proses desain dan produksi materi ini, yang menambah nilai kreatif pada pendekatan edukasi yang diberikan. Penyuluhan tambahan juga dilakukan di Desa Teluk Medang, dengan melibatkan mahasiswa pascasarjana dan mengikuti protokol kesehatan. Penyuluhan ini menekankan interaksi langsung dan diskusi untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang hipertensi dan kesehatan pernapasan.

Evaluasi program dilakukan melalui pengukuran pengetahuan dan sikap masyarakat serta partisipasi dalam kegiatan klub penderita hipertensi. Diskusi kelompok terarah (FGD) juga diadakan untuk menggali manfaat dan kendala yang dihadapi selama pelaksanaan program. Hasil dari evaluasi ini digunakan untuk memperbaiki dan menyempurnakan program di masa depan serta menjadi bahan dalam penyusunan laporan penelitian dan artikel ilmiah. Dengan pendekatan yang holistik dan berkelanjutan, program PKM ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku masyarakat menuju gaya hidup sehat dan menekan angka kejadian hipertensi di kalangan nelayan Desa Teluk Rhu.



Gambar 1. Ketua pengabdian dan anggota tim bersama masyarakat Desa Teluk Rhu



Gambar 2. Ketua pengabdian menyerahkan cinderamata kepada utusan Desa Teluk Rhu

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) di Desa Teluk Rhu bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat pesisir, khususnya nelayan, mengenai pencegahan dan penanganan hipertensi. Hipertensi, yang sering ditemukan seiring bertambahnya usia dan pola makan yang tidak teratur, memerlukan perhatian khusus untuk mencegah komplikasi yang lebih serius. Melalui program ini, berbagai upaya telah dilakukan, termasuk penyuluhan, pemeriksaan kesehatan berkala, serta pelatihan pengolahan tanaman sebagai obat keluarga. Kegiatan ini terbukti efektif dalam menambah pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam mencegah dan mengelola hipertensi.

Evaluasi program menunjukkan bahwa pelaksanaan upaya penanggulangan hipertensi di Desa Teluk Rhu sudah berjalan dengan baik, namun masih ada ruang untuk peningkatan. Salah satu rekomendasi yang disarankan adalah peningkatan sarana dan prasarana kesehatan serta pelayanan yang lebih intensif dalam pencegahan penyakit, terutama hipertensi. Deteksi dini dan promosi kesehatan juga perlu ditingkatkan agar masyarakat dapat lebih memahami risiko hipertensi dan mengambil langkah preventif lebih awal.

Pelaksanaan PKM ini juga menyoroti pentingnya optimalisasi program posbindu untuk memantau kesehatan masyarakat secara berkesinambungan. Diharapkan puskesmas dapat terus meningkatkan upaya promosi kesehatan guna mengurangi risiko penyakit dan angka kematian akibat hipertensi. Kesimpulannya, program ini berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya skrining dan pencegahan penyakit tidak menular, serta memberikan solusi atas keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan di wilayah terpencil.

Penyuluhan dan skrining hipertensi perlu dilanjutkan untuk menjangkau lebih banyak penduduk yang berisiko, sehingga pengobatan dapat dilakukan lebih dini dan tekanan darah terkontrol. Pembentukan kader hipertensi juga disarankan untuk menyebarluaskan perilaku hidup sehat dan pentingnya deteksi dini dalam upaya mencegah komplikasi yang diakibatkan oleh hipertensi

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan pengabdian ini terselenggara atas partisipasi dan kerjasama dari Nelayan, Tokoh Masyarakat Teluk Rhu, Rumat Utara dan Mahasiswa yang terlibat untuk itu kami ucapkan terima kasih.

DAFTAR PUSTAKA

- Anjayati, S., Saimin, J., Prasetya, F. (2023). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pencegahan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Pesisir. *Nursing Update*, 14, 62–77, Doi:10.36089/Nu.V14i1.1000.
- Ansar, J., Dwinata, I. (2019). Determinan Kejadian Hipertensi Pada Pengunjung Posbindu Di Wilayah Kerja Puskesmas Ballaparang Kota Makassar., 1.
- Aripin., Sawitri, A.A.S., Adiputra, N. (2015). Risk Factors Of Hypertension Among Adults In Banyuwangi: A Case-Control Study. *Phpma*, 3, 112–118, Doi:10.53638/Phpma.2015.V3.I2.P05.
- Magfirah, A., Zulfikar., Wanfitriah, R. (2021.). Hubungan Pola Makan Dan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Teritit Kabupaten Bener Meriah Tahun 2020. *Serambi Sainia: Jurnal Sains dan Aplikas*. 9(1):56-60. <https://doi.org/10.32672/jss.v9i1.2994>.
- Nafi', S.U., Putriningtyas, N.D. (2023). Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi Masyarakat Pesisir (Studi Pada Masyarakat Wilayah Kerja Puskesmas Kedung Ii Jepara). *Journal Of Nutrition College*, 12, 53–60, Doi:10.14710/Jnc.V12i1.36230.
- Pradana, D.A., Marfianti, E., Trimulyaningsih, N. (2018). Iptek Bagi Masyarakat (Ibm) Desa Terong Dan Jatimulyo Dalam Pengelolaan Hipertensi Dan Diabetes Melitus, 03.
- Putri, R.M., Abdullah, A., Hermansyah. (2021). Faktor Risiko Hipertensi Pada Masyarakat Pesisir Di Kota Banda Aceh. *Jurna Aceh Medika*, 5(2): 12-24. <Http://Jurnal.Abulyatama.Ac.Id/Index.Php/Acehmedika/Article/View/2388>.

Zulharman., Nazriati, E., Firdau., Hamid, Y., Suyanto. (2024). Upaya Pencegahan Komplikasi Penyakit Tidak Menular Melalui Skrining Dan Pengobatan Di Desa Titi Akar Rupert Utara. *Jurnal Pengabdian Umri*, 8, 92–94, Doi:10.37859/Jpumri.V8i1.6220.