

CERAMAH (CEK TEKANAN DARAH DIRUMAH)

Vivin Wijastutik¹, Alvin Abdillah², Selvia Nurul Qomari³
¹Program Studi Diploma 4 Kebidanan STIKes Ngudia Husada Madura
*e-mail: vivinwijastutik26@gmail.com ¹

Abstract

Ceramah is a community empowerment and education program for the community that is oriented towards improving the quality of human resources for hypertension, especially for pregnant women. The prevalence of hypertension based on the diagnosis of health professionals and measurement results seems to increase with increasing age, number of children and pregnancy interval. The existence of this program brings benefits, the community, especially pregnant women or women who plan pregnancy more regularly, to check blood pressure, the community is closer to health services, their health is more controlled, and the community can be involved in improving life with Puskesmas Arosbaya partners. The problems experienced by partners, the role of health cadres are not effective and optimal, and access to health services is far away. But even though they are far from health services, they are very enthusiastic about finding out and participating in health activities. The strategies are routine blood pressure checks, counseling on hypertension in pregnancy, training in blood pressure checks for active cadres and communities, and continuing to provide secondary prevention with health education via short messages using cellphones and free consultation by village midwives. The methods used are mini-workshop, lecture, and cadre training. The output target is to optimize the prevention of hypertension in pregnant women, closer to health service facilities and increase public understanding of hypertension in pregnant women in Dusun Krojeh, Desa Glagah, Kecamatan Arosbaya.

Keywords: Check blood pressure, Hypertension, Pregnancy

Abstrak

Ceramah merupakan program pemberdayaan masyarakat dan edukasi kepada masyarakat yang berorientasikan pada peningkatan kualitas sumber daya manusia terhadap hipertensi khususnya bagi ibu hamil. Prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan dan hasil pengukuran terlihat meningkat dengan bertambahnya umur, jumlah anak dan jarak kehamilan. Hadirnya program ini membawa sisi kemanfaatan, masyarakat khususnya ibu hamil atau wanita yang merencanakan kehamilan lebih rutin untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah, masyarakat lebih dekat dengan pelayanan kesehatan, lebih terkontrol kesehatannya, dan masyarakat dapat terlibat dalam peningkatan hidup dengan mitra Puskesmas Arosbaya. Permasalahan yang dialami mitra, peran kader kesehatan tidak berjalan efektif dan optimal, serta akses pelayanan kesehatan yang jauh. Tetapi meskipun mereka jauh dari pelayanan kesehatan, mereka berantusias tinggi untuk mencari tahu dan ikut serta dalam kegiatan kesehatan. Strateginya adalah pemeriksaan tekanan darah rutin, penyuluhan hipertensi pada kehamilan, pelatihan pemeriksaan tekanan darah kepada kader dan masyarakat yang aktif, dan dilanjutkan pemberian pencegahan sekunder dengan pendidikan kesehatan melalui pesan singkat menggunakan handphone serta konsultasi gratis oleh bidan desa. Metode yang digunakan adalah minilokakarya, ceramah, dan pelatihan kader. Target luaran adalah mengoptimalkan pencegahan hipertensi pada ibu hamil, mendekatkan fasilitas pelayanan kesehatan dan meningkatkan pemahaman masyarakat tentang hipertensi pada ibu hamil di Dusun Krojeh Desa Glagah Kecamatan Arosbaya.

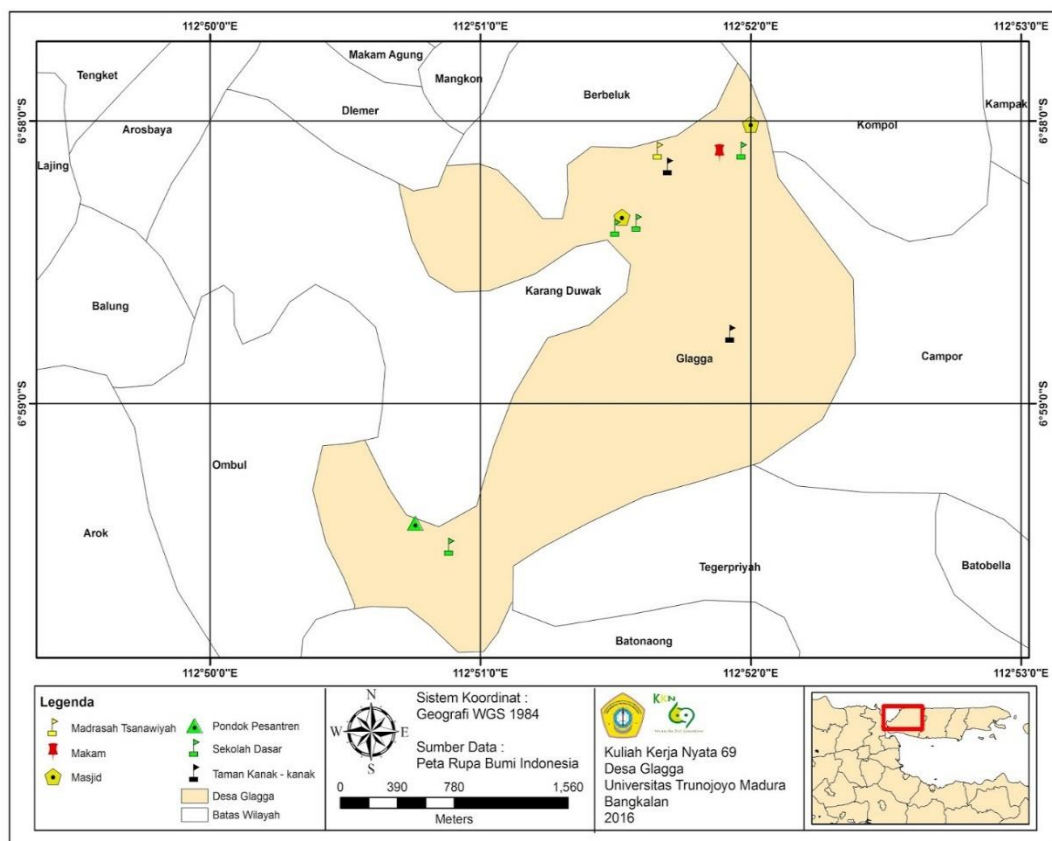
Kata kunci: Cek Tekanan Darah, Hipertensi, Ibu Hamil

I. PENDAHULUAN

Indeks Pembangunan Manusia (IPM) digunakan untuk mengukur capaian pembangunan manusia berbasis sejumlah komponen dasar kualitas hidup. IPM dibangun melalui 3 indeks komponen pembentuknya, yaitu indeks pendidikan, indeks standar hidup layak, dan indeks kesehatan. Indeks Pembangunan Manusia (IPM) Jawa Timur secara kontinyu mengalami kemajuan mulai periode tahun 2012-2018. Dari Tahun 2012 sebesar 66,74 meningkat menjadi 70,27 pada 2017, kemudian terus naik menjadi 70,77 pada 2018. Namun terdapat beberapa kabupaten di Jawa Timur yang masih rendah salah satunya adalah Kabupaten Bangkalan. Pada

tahun 2018, IPM Kabupaten Bangkalan sebesar 60.19 berada di urutan ke 37 dari 38 Kabupaten di Jawa Timur (Badan Pusat Statistik Jatim, 2018).

Kabupaten Bangkalan mempunyai luas wilayah 1.260,14 km² yang terletak diantara koordinat 112° 40'6" – 113° 08'04" Bujur Timur serta 6° 51'39" – 7° 11'39" Lintang Selatan. Kabupaten Bangkalan berada dibagian paling barat dari pulau Madura. Kecamatan Arosbaya adalah salah satu dari 18 kecamatan yang ada dalam Kabupaten Bangkalan dengan luas wilayah 42,45 km², dengan jumlah penduduk 979 jiwa/km². Batas Kecamatan Arosbaya yaitu Sebelah Utara dengan Kecamatan Klampis, Sebelah Selatan dengan Kecamatan Bangkalan dan Kecamatan Burneh, Sebelah Barat dengan Laut Jawa, Sebelah Timur dengan Kecamatan Geger. Kecamatan tanah merah terbagi menjadi 18 desa/ kelurahan.



Desa Glagga sendiri merupakan salah satu dari 18 desa di wilayah Kecamatan Arosbaya, yang terletak 3 km ke arah selatan dari kota, dan kecamatan. Desa Glagga mempunyai luas wilayah seluas 614,143 ha dengan jumlah penduduk 4449 orang. Batas wilayah desa Glagga yaitu Sebelah Utara dengan Desa Berbeluk, Sebelah Selatan dengan Desa Batonaong, Sebelah Barat dengan Desa Karang Duwak, Sebelah Timur dengan Desa Kec. Geger. Tingkat Pendidikan warga Desa Patemon sebagian besar Tamat Sekolah Dasar (SD) dengan jumlah sekitar 1200 orang 27%. Dalam kehidupan social warga Krojeh menjalin hubungan baik antar warga hal ini nampak dari kegiatan sosial dan keaktifan karang taruna yang berada di desa tersebut. Budaya gotong royong masih kental sekali dalam kehidupan sehari-hari warga. Seluruh warganya beragama islam budaya religious terlihat dari kegiatan pengajian dan keagamaan yang ada di desa tersebut. Sehingga Bangkalan di juluki kota dzikir dan shalawat.

Dengan wilayah yang jauh dari kota dan pelayanan kesehatan berdampak pada tidak terjangkanya pelayanan kesehatan dipelosok desa. Sector lingkungan dan tingkat pendidikan berkorelasi dengan kesadaran masyarakat khususnya ibu hamil dan calon ibu hamil dalam menjaga kesehatan menjadi perhatian khusus karena menjadi penyebab terjadinya masalah kesehatan warga Dusun Krojeh dimana berdasarkan hasil pengamatan ditemukan penyakit yang paling sering diderita dalam 6 bulan terakhir adalah Hipertensi, ISPA, DHF, dan Diare.

Dalam rangka mencapai tujuan pembangunan kesehatan dan menurunkan Angka Kematian Ibu dan Bayi, telah dilakukan berbagai upaya pelayanan kesehatan. Penurunan AKI dan AKB bida dilakukan dengan meningkatkan pelayanan lembaga kesehatan di tingkat bawah, karena ujung tombaknya adalah pelayanan bidan desa yang berhubungan langsung dengan pelayanan ibu dan bayi di masyarakat. Hal tersebut tertuang dalam 3 program pokok dalam pelayanan kepada masyarakat, yaitu : melalui peningkatan administrasi dan manajemen (Admen), Upaya Kesehatan Masyarakat (UKM), dan Upaya Kesehatan Perorangan (UKP). Masih kurangnya partisipasi masyarakat di bidang kesehatan dan lingkungan salah satu dampaknya adalah masih ditemukan calon ibu hamil yang memiliki tekanan darah tinggi atau hipertensi.

Angka Kematian dan Ibu dan Bayi yang rendah identik dengan peran kader dan masyarakat untuk berpartisipasi dalam menunjang upaya penyelamatan ibu hamil dan bayi baru lahir. Factor lainnya karena kurang pengetahuan dan perilaku masyarakat yang tiak mengenali tanda bahaya dan yang berkontribusi secara tidak langsung terjadinya kematian yaitu 3T dan 4T meliputi terlambat keluarga mengambil keputusan kontak dengan tenaga kesehatan, terlambat memperoleh pelayanan kesehatan, serta terlambat merujuk dan terlalu muda/ tua usia ibu untuk memutuskan untuk hamil, terlalu sering melahirkan, dan terlalu dekat jarak antara kehamilan/ persalinan satu dengan berikutnya.

Berdasarkan fakta tersebut, kemitraan antara tenaga kesehatan, kader, dan dukun serta masyarakat dalam utilisasi pelayanan antenatal (ANC) pada dasarnya merupakan penapisan awal (key strategy) untuk menurunkan indikator outcome yaitu Angka Kematian Ibu dan Bayi, serta Angka Kesakitan Ibu dan Bayi, dengan utilisasi yang baik dan tepat berimplikasi positif pada meningkatnya indikator outcome Kesehatan Ibu dan Anak (Onasoga et al, 2012). Ditambahkan pula, bahwa peran kader kesehatan di Posyandu memiliki esensi yang tidak dapat dilepaskan dengan pelayanan kesehatan khususnya pelayanan kesehatan ibu dan anak. Peran kader disandingkan dengan peran bidan dan tenaga kesehatan lainnya. Adapun peran kader di Posyandu adalah penyuluhan kepada TOGA, TOMA, dukun, pendataan Ibu hamil, membantu bidan dalam melakukan PWS KIA, penimbangan Ibu Hamil, memasang stiker P4K, memberikan buku KIA kepada Ibu hamil, kegiatan pencatatan dan pelaporan KIA, merujuk Ibu Hamil yang mengalami komplikasi kehamilan dan dapat memeriksa tekanan darah sendiri untuk mencegah terjadinya hipertensi pada ibu hamil.

Hipertensi pada kehamilan berperan besar dalam morbiditas dan mortalitas maternal dan perinatal. Hipertensi diperkirakan menjadi komplikasi sekitar 7-10% seluruh kehamilan. Dari seluruh ibu yang mengalami hipertensi selama hamil, setengah sampai dua pertiganya didiagnosis mengalami preeklampsia atau eklampsia (Bobak, 2005).

Di Indonesia mortalitas dan morbiditas hipertensi pada kehamilan juga masih cukup tinggi. Hal ini disebabkan oleh etiologic yang tidak jelas, and juga perawatan dalam persalinan masih ditangani petugas non medic serta system rujukan yang belum sempurna. Hipertensi pada kehamilan dapat dipahami oleh semua tenaga medik baik di pusat maupun di daerah

(Prawirohardjo, 2013). Kejadian hipertensi dalam kehamilan persentasenya 12% dari kematian ibu di seluruh dunia. Kemenkes tahun 2013 menyatakan hipertensi meningkatkan angka kematian dan kesakitan pada ibu hamil (Kemenkes, 2013). Angka Kematian Ibu (AKI) di provinsi Jawa Timur adalah 97,41 per 100.000 KH (Dinkes Jatim 2015). Penyebab kematian utama ibu di Jawa Timur terutama preeklamsia atau eklamsia meningkat pada tahun 2010-2012. Proporsi kejadian preeklamsia atau eklamsia di Jawa Timur pada tahun 2010 sebesar 26,92% yang meningkat menjadi 27,27% pada tahun 2011 dan 34,88% pada tahun 2012 (Dinkes Jatim 2015).

Survey Riset Kesehatan Dasar (Riskesdes) 2007 dan 2013 melaporkan factor risiko perilaku yang paling besar adalah kurang konsumsi buah dan sayur (93,6% dan 93,5%), aktifitas fisik rendah (48,2% dan 26,1%), kebiasaan konsumsi makanan asin (24,5% dan 26,2%) dan proporsi kehamilan usia 10-54 tahun adalah sebesar 2,68%.

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan pada tanggal 13-16 Januari 2020 di dusun Krojeh Desa Glagga didapatkan 10 ibu yang memiliki tekanan darah tinggi. Oleh karena itu, kegiatan Ceramah (Cek Tekanan Darah di Rumah) ini diharapkan dapat menjadi program untuk membantu pemerintah dalam menurunkan AKI yang diakibatkan oleh hipertensi pada calon ibu hamil.

2. METODE

a. Pembentukan Kader Ceramah

- 1) Deskripsi: pembentukan kader Ceramah adalah suatu pembentukan perwakilan dari masyarakat yang dapat berupa karang taruna desa dan bertugas untuk menjadi juru pantau Hipertensi pada ibu hamil maupun calon ibu hamil di Desa dan program-program lainnya secara rutin.
- 2) Tujuan: untuk menjadi dusun yang bebas dari hipertensi dan untuk menjalankan program-program Ceramah (Cek tekanan darah di rumah) sehingga mengurangi angka kejadian Hipertensi pada ibu hamil maupun calon ibu hamil.
- 3) Sasaran: karang taruna Dusun Krojeh Desa Glagga
- 4) Kegiatan: Pembentukan Kader Ceramah, Pemberian Materi Ceramah, dan Pelatihan mengukur tekanan darah.
- 5) Indikator:
 - Paham materi kader Ceramah
 - Paham dan dapat melakukan sendiri pemeriksaan tekanan darah
 - Evaluasi kader setiap 3 bulan sekali

b. Pemberian Alat Tensi (alat pengukur tekanan darah)

- 1) Deskripsi: salah satu program dari Ceramah dengan memberikan alat tensi ke kader di Dusun Krojeh Desa Glagga yang dilakukan oleh mahasiswa.
- 2) Tujuan: untuk menjadi Dusun yang bebas dari hipertensi dan untuk menjalankan program-program Ceramah sehingga mengurangi angka kejadian Hipertensi pada ibu hamil maupun calon ibu hamil yang mengakibatkan preeklamsia atau eklamsia.
- 3) Sasaran: seluruh rumah warga di dusun Krojeh Desa Glagga.
- 4) Kegiatan: Pemberian alat tensi oleh mahasiswa dan Kader Ceramah yang kemudian rutin dilanjutkan oleh kader setiap bulannya.
- 5) Indikator:

- Adanya evaluasi pemberian alat tensi
- c. Pemantauan Kejadian hipertensi
 - 1) Deskripsi: salah satu program dari Ceramah dengan memantau kejadian hipertensi di setiap rumah di Dusun Krojeh Desa Glagga yang dilakukan oleh mahasiswa dan kader Ceramah yang nantinya akan dilakukan secara rutin tiap bulan oleh kader Ceramah.
 - 2) Tujuan: untuk menjadi Dusun yang bebas dari hipertensi dan untuk menjalankan program-program Ceramah sehingga mengurangi angka kejadian Hipertensi pada ibu hamil maupun calon ibu hamil yang mengakibatkan preeclampsia atau eklampsia.
 - 3) Sasaran: seluruh rumah warga di Dusun Krojeh Desa Glagga.
 - 4) Kegiatan: Pemantauan hipertensi oleh mahasiswa dan Kader Ceramah yang kemudian rutin dilanjutkan oleh kader setiap bulannya.
 - 5) Indikator:
 - Adanya evaluasi pemantauan kejadian hipertensi di sticker money Ceramah
- d. Penyuluhan Hipertensi
 - 1) Deskripsi: salah satu program dari Desa Batik dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang Hipertensi yang berisi pengertian, penyebab, tanda dan gejala, pengobatan serta pencegahan dari Hipertensi dan pada akhir penyuluhan akan diberikan feedback yang berupa pertanyaan untuk mengetahui tingkat keberhasilan penyuluhan.
 - 2) Tujuan: untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang Hipertensi sehingga dapat menjadikan Desa yang hipertensi.
 - 3) Sasaran: seluruh masyarakat di Dusun Krojeh Desa Glagga.
 - 4) Kegiatan: Penyuluhan Hipertensi yang akan dilakukan oleh mahasiswa yang nantinya akan dilanjutkan oleh Kader Ceramah setiap 3 bulan sekali
 - 5) Indikator: masyarakat dapat bertanya tentang Hipertensi dan dapat menjawab pertanyaan tentang Hipertensi

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Masyarakat Dusun Krojeh Desa Glagga dalam program ini adalah seluruh warga dan Kader Desa Dusun Krojeh Desa Glagga yang dipantau oleh tenaga Kesehatan untuk menjalankan program-program Ceramah merupakan orang yang dapat mengontrol kejadian hipertensi baik pada ibu hamil maupun calon ibu hamil. Sebagaimana yang diketahui, terutama seorang Ibu yang merawat keluarga, menyediakan makanan dalam keluarga, dan keluarga mengonsumsi makanan apapun yang disediakan oleh seorang ibu. Maka fokus utama dalam mencegah terjadinya hipertensi pada ibu hamil maupun calon ibu hamil adalah dengan memberikan pengetahuan kepada seorang ibu sebagai pelaksanaan gerakan cek tekanan darah dirumah dan mengaktifkan kader dengan cara pelatihan pemeriksaan tekanan darah rutin dirumah dengan indicator rumah terpasang stiker anti Hipertensi. Seorang kader adalah garda terdepan pencegahan penyakit di tingkat keluarga. Pengetahuan keluarga dan kader adalah kunci keberhasilan program pencegahan ditingkat keluarga.

Selama proses program kegiatan Ceramah yang terdiri dari program pembentukan kader Ceramah, penyuluhan Hipertensi, pemberian Hipertensi, dan seluruh program tersebut berjalan dengan lancar. Semua persiapan telah dilakukan oleh tim, karang taruna Desa dan Bidan Desa yang terlibat. Kekurangan yang mungkin terjadi dalam pelaksanaan program Ceramah adalah bentuknya kegiatan program Ceramah dengan kegiatan sehari-hari beberapa

kader yang bekerja sebagai petani bertepatan dengan waktu panen ada beberapa program yang harus di reschedule ulang.

Tabel 1. Jadwal Kegiatan Pengabdian Masyarakat Cek Tekanan Darah di Rumah (CERAMAH)

No.	Nama Kegiatan	Jadwal Kegiatan	Petugas dan Sasaran	Pukul Pelaksanaan
1.	Pembentukan kader Ceramah	Selasa, 20 Januari 2020	Mahasiswa dan Karang Taruna	10.00 WIB
2.	Pemberian alat tensi	Rabu, 21 Januari 2020	Mahasiswa dan Kader Ceramah	10.00 WIB
3.	Pemantauan hipertensi	Minggu, 26 Januari 2020	Mahasiswa dan Kader Ceramah	10.00 WIB
4.	Penyuluhan Hipertensi	Senin, 28 Januari 2020	Mahasiswa dan Masyarakat	18.00 WIB
6.	Pemasangan stiker Hipertensi	Rabu, 29 Januari 2020	Mahasiswa dan kader Ceramah	10.00 WIB



Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan hipertensi



Gambar 3. Kegiatan Pelatihan Kader Ceramah



Gambar 4. Kegiatan Penyerahan Alat Pengukur Tekanan Darah



Gambar 5. Pemeriksaan Hipertensi

4. KESIMPULAN

Dari hasil Pengabdian Masyarakat didapatkan hasil bahwa :

- a. Cek Tekanan Darah di Rumah dapat optimal mencegah hipertensi karena ibu hamil maupun wanita yang akan hamil mengetahui secara rutin tekanan darahnya, sehingga dapat mencegah terjadinya hipertensi.
- b. Dengan adanya penyuluhan, masyarakat semakin tahu dan paham bahwa dengan adanya cek tekanan darah secara rutin dapat mencegah terjadinya hipertensi, dan apa saja yang dilakukan jika didapatkan tekanan darahnya tinggi khususnya bagi ibu hamil sebagai upaya pencegahan preeklampsia.
- c. Pelatihan pemeriksaan tekanan darah oleh tenaga kesehatan kepada kader dan beberapa masyarakat yang aktif dapat menjadikan masyarakat mandiri dan sadar akan hipertensi.
- d. Pencegahan sekunder dengan pendidikan kesehatan melalui pesan singkat menggunakan handphone serta konsultasi gratis memudahkan masyarakat untuk berkomunikasi dan menjangkau tenaga kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2018). Agustus 2018: Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) sebesar 5,34 Persen. Diakses dari <https://www.bps.go.id/pressrelease/2018/11/05/1485/agustus-2017--tingkatpengangguran-terbuka--tpt--sebesar-5-34-persen.html> pada tanggal 31 Januari 2020, Jam 13.05 WIB
- Onasoga, Olayinka A, Afolayan, Joel A. & Bukola D. (2012) Factors influencing utilization of ANC's among pregnant women in Ife Centra Lga, Osun State Nigeria. *Advances in Applied Science Research*, 3(3): 1309–1315.
- Bobak, L. 2005. *Keperawatan Maternitas*, Edisi 4. Jakarta: EGC.
- SDKI, 2009. Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Perinatal. <http://www.idi.com/info/sectio-caesaria>. Diakses pada tanggal 31 Januari 2020 jam 12.15 WIB
- DINKES, 2009. Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Bayi. <http://www.litbang.depkes.go.id>. Diakses pada tanggal 31 Januari 2020 jam 12.55 WIB
- Prawirohardjo, Sarwono. 2009. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Notoatmodjo, soekidjo. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta