

Edukasi *Self Monitoring Blood Pressure* Kepada Penderita Hipertensi Di Desa Dukuhwaluh

Noviyana Rahmadani¹, Suci Khasanah², Madyo Maryoto³

Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa
Jl. Raden Patah No. 100. Ledug, Kembaran, Purwokerto, Banyumas
Email: novi98166@gmail.com

ABSTRACT

Hypertension is a condition where a person experiences an increase in blood pressure above normal. Education is expected to influence knowledge and have an impact on improving blood pressure conditions. Community service activities are carried out in 3 stages, namely preparation, implementation and evaluation. Evaluation in this community service activity consists of two stages, namely short and medium term evaluation which aims to increase the knowledge and interest of hypertension sufferers about hypertension and self-monitoring of blood pressure. The results of the PkM activities showed that the knowledge of hypertension sufferers about and the importance of self-monitoring of blood pressure in Dukuhwaluh Village before the education was carried out, most of them had an average knowledge in the poor category, namely 57.28, and after the education was carried out, their knowledge was in the very good category, namely 92.28. The interest of hypertension sufferers in controlling blood pressure by implementing self-monitoring of blood pressure in Dukuhwaluh Village before carrying out the education, most of the interest was in the medium category as many as 34 respondents (90%) and in the low category as many as 1 respondent (10%), 1 month after the education was carried out there was The number of participants was reduced to 30 participants and some respondents had interest in the high category as many as 15 respondents (50%) and in the medium category 15 respondents (50%). The method used in carrying out this community service is by using question and answer quiz lectures. Keywords: Self Monitoring Blood Pressure, Blood Pressure, Hypertension

Keywords: *Self Monitoring Blood Pressure, Blood Pressure, Hypertension*

ABSTRAK

Hipertensi adalah keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal. Edukasi diharapkan dapat mempengaruhi pengetahuan dan berdampak pada perbaikan kondisi tekanan darah. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dalam 3 tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Evaluasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari dua tahap yaitu evaluasi jangka pendek, dan menengah yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan minat penderita hipertensi tentang hipertensi dan *self monitoring blood pressure*. Hasil kegiatan PkM diketahui pengetahuan penderita hipertensi tentang hipertensi dan pentingnya *self monitoring blood pressure* di Desa Dukuhwaluh sebelum dilaksanakan edukasi sebagian besar memiliki rata rata pengetahuan dalam kategori kurang yakni 57,28 dan sesudah dilaksanakan edukasi memiliki pengetahuan dalam kategori sangat baik yakni 92,28. Minat penderita hipertensi untuk mengontrol tekanan darah dengan menerapkan *self monitoring*



blood pressure di Desa Dukuhwaluh sebelum dilaksanakan edukasi sebagian besar memiliki minat dalam kategori sedang sebanyak 34 responden (90%) dan kategori rendah sebanyak 1 responden (10%), 1 bulan sesudah dilaksanakan edukasi ada pengurangan jumlah peserta menjadi 30 peserta dan sebagian responden memiliki minat dalam kategori tinggi sebanyak 15 responden (50%) dan dalam kategori sedang 15 responden (50%). Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan menggunakan ceramah kuis tanya jawab.

Kata kunci (dicetak tebal): *Self Monitoring Blood Pressure*, Tekanan Darah, Hipertensi

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan kondisi medis jangka panjang dimana tekanan darah di arteri mengalami peningkatan secara terus-menerus (Ahmed et al., 2019). Hipertensi merupakan faktor risiko terhadap kerusakan organ penting seperti otak, jantung, ginjal, retina, pembuluh darah besar (aorta) dan pembuluh darah perifer (Lukito et al., 2019). Kejadian hipertensi terjadi apabila hasil pengukuran tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia (PERHI), 2021).

The Joint National Community on Prevention, Detection, Evaluation and Treatment of High Blood Pressure 7 (JNC 7), hipertensi ditemukan pada mayoritas orang dewasa berusia 60 tahun atau lebih tua di seluruh dunia (Ahmed et al., 2019). *Centers for Disease Control (CDC) (2020)* menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Amerika semakin meningkat dengan bertambahnya usia, dimana pada usia 18-39 tahun sebesar 22,4%, usia 40-59 tahun sebesar 54,5% dan berusia 60 tahun keatas sebesar 74,5% (CDC, 2020). Berdasarkan Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) tahun 2019 prevalensi hipertensi pada semua usia di Indonesia tahun 2018 adalah 34,11% dengan kejadian hipertensi pada lansia sebesar 63,2% pada usia 65-74 tahun dan sebesar 69,5% pada usia > 75 tahun. Provinsi Jawa Tengah merupakan peringkat ke empat dengan persentase hipertensi sebesar 37,57% (Sari et al., 2022).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten (DKK) Banyumas didapatkan data jumlah penderita hipertensi pada tahun 2019 sebanyak 396.657 kasus dengan persentase yang mendapat pelayanan kesehatan sebesar 26%, mengalami peningkatan dibandingkan tahun 2018 dengan jumlah kasus sebanyak 204.829 kasus. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Banyumas angka kejadian hipertensi pada tahun 2020 sebanyak 209.729 kasus dengan persentase yang mendapat pelayanan kesehatan sebesar 80,5%, penderita hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan terendah di Wilayah Kerja Puskesmas Kembaran I yaitu sebesar 60,5%.

Hipertensi menjadi *silent killer* karena pada sebagian besar kasus tidak menunjukkan gejala apapun hingga pada suatu hari hipertensi menjadi stroke dan serangan jantung yang mengakibatkan penderitanya meninggal (Kurniadi & Nurrahmani, 2015). Hipertensi merupakan faktor risiko pertama penyebab kematian (10.4 juta dari 34.1 juta kematian) dan sebagai penyakit dengan beban tertinggi (218 juta dari 1.21 milyar). Resiko terjadinya penyakit kardiovaskuler semakin meningkat apabila tekanan darah yang tidak terkontrol (Naqiyya, 2020). Hipertensi yang tidak terkontrol masih menjadi masalah utama dalam upaya penanganan hipertensi, dimana risiko terjadinya penyakit jantung dan stroke dua kali lipat lebih besar apabila terjadi peningkatan > 20 mmHg pada tekanan darah sistolik dan > 10 mmHg pada tekanan darah diastolik (Gebremichael et al., 2019). Penelitian Ataklte et al., (2015) menunjukkan pencapaian target tekanan darah terkontrol (140/90 mmHg) pada pasien hipertensi di Afrika kurang dari 30%.

Guidline manajemen hipertensi pada orang dewasa terbaru dari *Joint National Committee 8 (JNC 8)* merekomendasikan tata laksana hipertensi meliputi perubahan perilaku : penggunaan obat anti hipertensi yang tepat, *self monitoring blood pressure*, kontrol stres dan kecemasan, berhenti merokok dan menggunakan alkohol, aktivitas fisik,

penurunan berat badan dan diet rendah garam (Whelton *et al.*, 2018). Sedangkan pada *International Society of hypertension Global Hypertension Practice Guidelines*, selain merekomendasikan hal tersebut di atas juga menyebutkan tata laksana lain seperti *healty drinks*, penggunaan komplementari terapi, alternatif terapi dan pengobatan tradisional serta menurunkan paparan polusi udara dan udara dingin (Unger *et al.*, 2020)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self monitoring blood pressure* dapat menurunkan tekanan darah dan mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi. *Self Monitoring Blood Pressure* efektif dalam mengurangi tekanan darah tinggi pada hipertensi, terutama bila dikombinasikan dengan umpan balik dan konseling rutin pasien serta perubahan gaya hidup dan konsumsi obat hipertensi secara teratur (Tucker *et al.*, 2017). Penerapan *self monitoring blood pressure* menyebabkan kontrol tekanan darah sistolik yang lebih baik, dengan biaya tambahan yang lebih rendah setelah satu tahun dibandingkan dengan perawatan biasa (McManus *et al.*, 2021). Walaupun pada penelitian lain menunjukkan kontrol tekanan darah yang rendah namun dapat meningkatkan kepatuhan akan pengobatan (Fletcher *et al.*, 2015; Uhlig *et al.*, 2013). *Self monitoring blood pressure* juga dapat meningkatkan tingkat kontrol tekanan darah dan pengetahuan pasien pada tekanan darah (Uhlig *et al.*, 2013)

Edukasi diharapkan dapat mempengaruhi pengetahuan dan berdampak pada perbaikan kondisi tekanan darah (Oliveros *et al.*, 2020). Hasil penelitian sebelumnya mengenai pengaruh pemberian edukasi terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat Manado dengan persentase peningkatan sebanyak 14,4% (Nelwan & Sumampouw, 2019). Penelitian Masruroh *et al.*, (2019) menunjukkan terdapat pengaruh pendidikan kesehatan dengan menggunakan media animasi terhadap pengetahuan tentang pencegahan komplikasi pada penderita hipertensi.

Hasil survey pada 2 Mei 2023 yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Kembaran I dengan mewawancarai 15 orang penderita hipertensi. Hasil wawancara didapatkan 5 penderita hipertensi mengetahui tingkat pengetahuan tentang hipertensi dan *self monitoring blood pressure* dan juga mengetahui pengobatan seperti kapan harus mengkonsumsi obat anti hipertensi, dan mengetahui bahaya yang ditimbulkan jika berhenti mengkonsumsi obat anti hipertensi tanpa anjuran dari dokter. Sedangkan 10 orang penderita hipertensi kurang mengetahui tingkat pengetahuan tentang hipertensi dan *self monitoring blood pressure* dan juga tidak mengetahui bahaya yang bisa ditimbulkan jika tidak teratur mengkonsumsi obat anti hipertensi tanpa anjuran dokter. Terkait perilaku *self monitoring blood pressure* sebanyak 12 orang dari 15 penderita hipertensi mengatakan hanya melakukan pengukuran tekanan darah pada saat kegiatan prolansis, adapun hasil dari pengukuran tekanan darah dari 15 penderita hipertensi didapatkan tekanan darah >140mmHg.

Berdasarkan analisis masalah tersebut di atas diperoleh informasi bahwa 1) terdapat penderita hipertensi tidak terkontrol di Puskesmas Kembaran 1, 2) tata laksana hipertensi seperti dilakukannya kegiatan prolansis telah dilakukan, 3) tindakan *self monitoring blood pressure* belum pernah diajarkan kepada para penderita hipertensi. Dengan mempertimbangkan manfaat atau pengaruh tindakan edukasi *self monitoring blood pressure* tersebut dalam membantu terkontrolnya tekanan darah sebagaimana telah disampaikan sebelumnya maka penderita hipertensi dinilai perlu untuk dapat melakukan tindakan tersebut. Dilakukannya tindakan edukasi *self monitoring blood pressure* dengan berbagai upaya lainnya dalam manajemen hipertensi diharapkan dapat mewujudkan tekanan darah hipertensi terkontrol, sehingga penulis tertarik melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan penderita hipertensi dengan melakukan edukasi *self monitoring blood pressure*.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dalam 3 tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Tahap pertama yaitu persiapan, pada tahap ini kegiatan yang dilakukan berupa *pra-survey*, penyusunan proposal, pengurusan perijinan dan penyusunan materi penyuluhan. Tahap pelaksanaan merupakan tahapan kedua kegiatan pengabdian

kepada masyarakat, ditahap ini dilakukan pre-test pada penderita hipertensi tentang *self monitoring blood pressure* Tahap ketiga berupa evaluasi, tahap ini dilakukan sebanyak 2 kali yaitu evaluasi jangka pendek yang dilaksanakan pada tanggal 22 Juni 2023 pukul 08.00 di Desa Dukuwaluh dan evaluasi jangka menengah dilakukan pada tanggal 26 Juli 2023 pukul 08.00 Di Desa Dukuwaluh. Pengukuran tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Dukuwaluh menggunakan tensi digital, adapun lembar observasi untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang hipertensi dan *self monitoring blood pressure* menggunakan *pre-test* dan *post-test*.

Khalayak sasaran dalam kegiatan PkM ini adalah penderita hipertensi yang tercatat sebagai anggota prolanis di Desa Dukuwaluh. Berdasarkan pencatatan prolanis bahwa tercatat dalam bulan April, Mei dan Juni terdapat jumlah 35 penderita hipertensi di Desa Dukuwaluh. Namun realisasi yang mengikuti kegiatan pada pertemuan pertama sejumlah 35 penderita dan pertemuan kedua sejumlah 30 penderita.

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yaitu :

1. Persiapan

Dalam persiapan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat, pelaksana melakukan pra-survey dan perijinan pada Puskesmas 1 Kembaran dan untuk pengambilan data, melakukan anjagsana kepada penderita Hipertensi Desa Dukuwaluh, persiapan alat dan materi, kontak waktu pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat.

2. Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan PkM ini dilakukan pukul 08.00 WIB lalu dilanjutkan dengan mengerjakan pre-test, penyuluhan tentang hipertensi dan *self monitoring blood pressure* dan post test. Metode edukasi yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat adalah dengan melakukan ceramah dan kuis tanya jawab. Media yang digunakan yaitu leaflet, banner dan *power point*. Penanggung jawab pada kegiatan PkM ini ialah 2 perawat dari Puskesmas Kembaran 1

3. Evaluasi

Evaluasi yang digunakan dalam melaksanakan pengabdian kepada masyarakat berupa evaluasi hasil setelah adanya edukasi. Evaluasi dilakukan dalam dua bentuk yaitu evaluasi jangka pendek dengan menilai pengetahuan penderita tentang *self monitoring blood pressure*, serta evaluasi jangka menengah dilakukan dengan minat *self monitoring blood pressure*. Evaluasi jangka pendek dan menengah dalam penelitian ini dilakukan dengan memberikan kuesioner kepada penderita hipertensi.

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Hasil Pengabdian Masyarakat

Pengabdian kepada Masyarakat tentang “Edukasi *Self Monitoring Blood Pressure* kepada Penderita Hipertensi di Desa Dukuwaluh” ini telah dilaksanakan untuk pertemuan pertama pada tanggal 22 Juni 2023 dan pertemuan kedua dilaksanakan pada tanggal 26 Juli 2023 . Sasaran yang pengabdian masyarakat ini yaitu penderita hipertensi yang tercatat sebagai anggota prolanis di Desa Dukuwaluh sebanyak 35 penderita. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan penderita hipertensi tentang hipertensi dan pentingnya *self monitoring blood pressure*, selain untuk meningkatkan pengetahuan kegiatan ini juga bertujuan agar minat penderita hipertensi untuk mengontrol tekanan darah dengan menerapkan *self monitoring blood pressure* semakin meningkat. Setelah diberikan kuesioner pre test dan post test yang bertujuan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan penderita hipertensi dilakukan perhitungan dengan hasil pada Tabel 1.

Berdasarkan tabel nilai tersebut dapat dikategorikan menjadi 5 macam kategori nilai yaitu A (sangat baik) dengan interval nilai 91-100, B (baik) interval nilai 75-90, C (cukup) interval nilai 60-74, D (kurang) interval nilai 55-59, dan E (sangat kurang) dengan interval

nilai <54 (Syahputra et al., 2020). Berdasarkan tabel perbandingan nilai pre-test dan post-test yaitu ada pengurangan jumlah peserta pada saat melakukan post-test, dengan adanya perbedaan tersebut maka pelaksana hanya menilai pada peserta yang mengikuti kedua pertemuan yang berjumlah 30 peserta. Pada nilai rata-rata pre-test dan post-test 30 peserta tersebut mengalami peningkatan yakni dari 57,28 yang jika dikategorikan menjadi D (kurang) menjadi 92,28 kategori A (sangat baik).

Tabel 1 Hasil Pre Test dan Post Test

No	Nama	Pre Test	Post Test
1	Ibu S	60	70
2	Ibu S	70	90
3	Ibu R	50	80
4	Ibu R	60	85
5	Ibu S	45	70
6	Bpk R	55	70
7	Bpk S	70	75
8	Bpk S	60	80
9	Bpk M	55	75
10	Bpk M	65	85
11	Ibu R	70	85
12	Bpk T	55	85
13	Ibu Y	70	85
14	Ibu P	65	80
15	Ibu I	45	80
16	Bpk P	50	70
17	Ibu S	65	80
18	Bpk S	65	75
19	Ibu M	65	80
20	Bpk D	70	85
21	Ibu L	60	80
22	Ibu S	50	70
23	Ibu N	50	70
24	Ibu k	65	75
25	Ibu S	70	80
26	Ibu K	60	90
27	Ibu R	80	95
28	Ibu M	40	65
29	Ibu M	50	80
30	Ibu P	60	80
31	Bpk P	70	-
32	Ibu S	75	-
33	Ibu Y	50	-
34	Ibu J	65	-
35	Ibu T	80	-
Nilai Rata-Rata		57,28	92,28
Nilai Tertinggi		80	95
Nilai Terendah		40	65

Sumber : Syahputra et al., 2020.

Minat Penderita dan Keluarga Hipertensi untuk Mengontrol Tekanan Darah dengan Menerapkan *Self Monitoring Blood Pressure* di Desa Dukuhwaluh. Hasil dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Minat Penderita Hipertensi untuk Mengontrol Tekanan Darah dengan Menerapkan *Self Monitoring Blood Pressure* di Desa Dukuwaluh

Minat	Sebelum		Sesudah	
	F	%	F	%
Tinggi	0	0	15	50
Sedang	34	90	15	50
Rendah	1	10	0	0
Total	35	100	30	100

Berdasarkan tabel perbandingan nilai pre test minat yaitu ada pengurangan jumlah peserta pada saat melakukan post test minat, dengan adanya perbedaan tersebut maka pelaksana hanya menilai pada peserta yang mengikuti kedua pertemuan yang berjumlah 30 peserta. Minat pasien hipertensi untuk menerapkan *self monitoring blood pressure* pada tabel 4.5 sebelum dilaksanakan edukasi sebagian besar memiliki minat dalam kategori sedang sebanyak 34 responden (90%) dan 1 bulan sesudah dilaksanakan edukasi seluruh responden memiliki minat dalam kategori tinggi sebanyak 15 responden (50%) dan dalam kategori sedang sebanyak 15 responden (50%). Kuesioner yang digunakan menggunakan skala likert. Skala ini digunakan untuk melengkapi kuesioner yang mengharuskan responden menunjukkan tingkat persetujuan terhadap serangkaian pertanyaan. Nama skala likert diambil dari nama penciptanya, yakni Rensis Likert yang merupakan seorang ahli psikologi sosial dari Amerika Serikat. Tingkat persetujuan yang dimaksud adalah skala likert 1-4 pilihan, dengan gradasi dari Sangat Setuju (SS) hingga Sangat Tidak Setuju (STS). Hasil skor pada kuesioner akan didapatkan tiga kategori yaitu skor 27-36 termasuk kategori tinggi, skor 18-26 termasuk kategori sedang dan untuk skor 9-17 termasuk dalam kategori rendah.

Pembahasan

1. Pengetahuan Penderita Hipertensi Tentang Hipertensi dan Pentingnya *Self Monitoring Blood Pressure* di Desa Dukuwaluh.

Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan pengetahuan pasien tentang hipertensi dan pentingnya *self monitoring blood pressure* sebelum dilaksanakan edukasi sebagian besar memiliki pengetahuan dalam kategori, 3 peserta mendapatkan kategori B, 20 peserta mendapatkan kategori C, 3 peserta mendapatkan kategori D dan 9 peserta mendapatkan kategori E dan sesudah dilaksanakan edukasi memiliki pengetahuan dalam kategori, 1 peserta mendapatkan kategori A, 22 peserta mendapatkan kategori B dan 7 peserta mendapatkan kategori C. Menurut asumsi peneliti rata-rata skor pengetahuan sebanyak 30 responden dalam kategori A (sangat baik), pengetahuan merupakan indikator yang penting dalam terbentuknya perilaku khususnya dalam penanganan hipertensi agar pasien dapat melakukan perilaku untuk melakukan kontrol tekanan darah sehingga mencegah terjadinya komplikasi akibat hipertensi.

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat diketahui setelah adanya edukasi menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan responden dalam kategori sangat baik, hal ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi meningkatkan pemahaman responden tentang hipertensi dan pentingnya *self monitoring blood pressure*. Pemberian edukasi mengenai hipertensi efektif dalam mencegah hipertensi. Tingkat pengetahuan serta pemahaman pasien hipertensi dapat menunjang keberhasilan dalam terapi sehingga tekanan darah pasien dapat terkontrol dengan baik. Jika pasien memahami penyakitnya maka pasien akan semakin peduli dalam menjaga pola hidup, teratur minum obat, dan tingkat kepatuhan pasien juga akan semakin meningkat

Edukasi diharapkan dapat mempengaruhi pengetahuan dan berdampak pada perbaikan kondisi tekanan darah (Oliveros *et al.*, 2020). Hasil penelitian sebelumnya mengenai pengaruh pemberian edukasi terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat Manado dengan persentase peningkatan sebanyak 14,4% (Nelwan & Sumampouw, 2019). Penelitian Masruroh *et al.*, (2019) menunjukkan terdapat pengaruh pendidikan kesehatan

dengan menggunakan media animasi terhadap pengetahuan tentang pencegahan komplikasi pada penderita hipertensi.

2. Minat Penderita Hipertensi untuk Mengontrol Tekanan Darah dengan Menerapkan *Self Monitoring Blood Pressure* di Desa Dukuhwaluh

Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan minat pasien hipertensi untuk menerapkan *self monitoring blood pressure* sebelum dilaksanakan edukasi sebagian besar memiliki minat dalam kategori rendah sebanyak 1 responden (10%) dan kategori sedang sebanyak 34 responden (90%) dan 1 bulan sesudah dilaksanakan edukasi responden memiliki minat dalam kategori tinggi sebanyak 15 responden (50%) dan kategori sedang sebanyak 15 responden (50%). Menurut asumsi peneliti hal ini menunjukkan adanya peningkatan minat pasien untuk menerapkan *self monitoring blood pressure*. Peningkatan minat pada pasien dapat terjadi karena adanya peningkatan pengetahuan tentang pentingnya *self monitoring blood pressure* bagi pasien hipertensi.

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *self monitoring blood pressure* dapat menurunkan tekanan darah dan mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi. *Self Monitoring Blood Pressure* efektif dalam mengurangi tekanan darah tinggi pada hipertensi, terutama bila dikombinasikan dengan umpan balik dan konseling rutin pasien serta perubahan gaya hidup dan konsumsi obat hipertensi secara teratur (Tucker *et al.*, 2017). Penerapan *self monitoring blood pressure* menyebabkan kontrol tekanan darah sistolik yang lebih baik, dengan biaya tambahan yang lebih rendah setelah satu tahun dibandingkan dengan perawatan biasa (McManus *et al.*, 2021). Walaupun pada penelitian lain menunjukkan kontrol tekanan darah yang rendah namun dapat meningkatkan kepatuhan akan pengobatan (Fletcher *et al.*, 2015; Uhlig *et al.*, 2013). *Self monitoring blood pressure* juga dapat meningkatkan tingkat kontrol tekanan darah dan pengetahuan pasien pada tekanan darah (Uhlig *et al.*, 2013)

Pemantauan tekanan darah secara mandiri merupakan salah satu bentuk perilaku manajemen diri pada pasien hipertensi. Perilaku perawatan diri secara mandiri merupakan hal penting bagi pasien hipertensi (Prihandana *et al.*, 2020). Penelitian Tesfaye *et al.*, (2017) didapatkan hasil perilaku perawatan diri yang baik berhubungan dengan terkontrolnya tekanan darah pasien hipertensi.

Peningkatan minat yang terjadi setelah adanya edukasi menunjukkan bahwa adanya keyakinan dalam diri pasien untuk melakukan perilaku manajemen diri pasien hipertensi dengan baik. Hal ini menunjukkan bahwa responden memiliki keyakinan diri terhadap kemampuannya dalam menjalankan program pengobatan hipertensi (Lundberg & Thrakul, 2012). Keyakinan kesehatan pribadi disebut sebagai fasilitator dan hambatan untuk manajemen diri. Secara khusus, kontrol yang dirasakan atas penyakit dan gejala diidentifikasi sebagai fasilitator penting manajemen diri, sehingga peningkatan persepsi kontrol memfasilitasi manajemen diri yang lebih baik (Cooper *et al.*, 2010).

Dokumentasi Penelitian



Gambar 1. Mengerjakan *pre test*



Gambar 3. Pembukaan PkM

Gambar2. Presentasi Materi



Gambar 4. sedang membantu membaca mengerjakan post test

SIMPULAN

Agenda kegiatan pengabdian kepada masyarakat berjalan dengan baik. Pengetahuan penderita hipertensi tentang hipertensi dan pentingnya *self monitoring blood pressure* di Desa Dukuhwaluh memiliki perbandingan nilai pre-test dan post-test yaitu adanya pengurangan jumlah peserta pada saat melakukan pos-test, dengan adanya perbedaan tersebut maka pelaksana hanya menilai pada peserta yang mengikuti kedua pertemuan yang berjumlah 30 peserta. Pada nilai rata-rata pre-test dan post-test 30 peserta tersebut mengalami peningkatan yakni 57,28 yang jika dikategorikan menjadi D (kurang baik) menjadi 92,28 kategori A (sangat baik).

Minat penderita hipertensi untuk mengontrol tekanan darah dengan menerapkan *self monitoring blood pressure* di Desa Dukuhwaluh sebelum dilaksanakan edukasi sebagian besar memiliki minat dalam kategori rendah sebanyak 1 responden (10%) dan kategori sedang sebanyak 34 responden (90%), 1 bulan sesudah dilaksanakan edukasi seluruh responden memiliki minat dalam kategori tinggi sebanyak 15 responden (50%) dan kategori sedang sebanyak 15 responden (50%).

DAFTAR PUSTAKA

- Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia (PERHI). (2021). *Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi 2021 : Update Konsensus PERHI 2019*. Jakarta: Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia (PERHI).
- Kurniadi, H., & Nurrahmani, U. (2015). *Stop! Diabetes Hipertensi Kolesterol Tinggi Jantung Koroner*. Yogyakarta : Istana Media.
- Naqiyya, N. (2020). Potensi Seledri (*Apium Graveolens L*) Sebagai Antihipertensi. *Journal of Health Science and Physiotherapy*, 2(2), 160–166. <https://doi.org/10.35893/jhsp.v2i2.50>
- Gebremichael, G. B., Berhe, K. K., & Zemichael, T. M. (2019). Uncontrolled hypertension and associated factors among adult hypertensive patients in Ayder comprehensive specialized. *Bcm*, 6(19), 1–10. <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v33n2/v33n2a06.pdf>
- Whelton, P. K., Carey, R. M., Aronow, W. S., Casey, D. E., Collins, K. J., Dennison Himmelfarb, C., DePalma, S. M., Gidding, S., Jamerson, K. A., Jones, D. W., MacLaughlin, E. J., Muntner, P., Ovbiagele, B., Smith, S. C., Spencer, C. C., Stafford,

- R. S., Taler, S. J., Thomas, R. J., Williams, K. A., ... Wright, J. T. (2018). 2017 ACC/AHA/AAPA/ABC/ACPM/AGS/APhA/ASH/ASPC/NMA/PCNA Guideline for the Prevention, Detection, Evaluation, and Management of High Blood Pressure in Adults: A Report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical Pr. *Circulation*, *138*(17), e484–e594. <https://doi.org/10.1161/CIR.0000000000000596>
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*, *75*(6), 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026>
- Tucker, K. L., Sheppard, J. P., Stevens, R., Bosworth, H. B., Bove, A., Bray, E. P., Earle, K., George, J., Godwin, M., Green, B. B., Hebert, P., Hobbs, F. D. R., Kantola, I., Kerry, S. M., Leiva, A., Magid, D. J., Mant, J., Margolis, K. L., McKinstry, B., ... McManus, R. J. (2017). Self-monitoring of blood pressure in hypertension: A systematic review and individual patient data meta-analysis. *PLoS Medicine*, *14*(9), 1–29. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1002389>
- McManus, R. J., Little, P., Stuart, B., Morton, K., Raftery, J., Kelly, J., Bradbury, K., Zhang, J., Zhu, S., Murray, E., May, C. R., Mair, F. S., Michie, S., Smith, P., Band, R., Ogburn, E., Allen, J., Rice, C., Nuttall, J., ... Yardley, L. (2021). Home and Online Management and Evaluation of Blood Pressure (HOME BP) using a digital intervention in poorly controlled hypertension: Randomised controlled trial. *The BMJ*, *372*, 1–13. <https://doi.org/10.1136/bmj.m4858>
- Fletcher, B. R., Hartmann-Boyce, J., Hinton, L., & Mcmanus, R. J. (2015). The effect of self-monitoring of blood pressure on medication adherence and lifestyle factors: A systematic review and meta-analysis. *American Journal of Hypertension*. <https://doi.org/10.1093/ajh/hpv008>
- Uhlig, K., Patel, K., Ip, S., Kitsios, G. D., & Balk, E. M. (2013). Self-Measured Blood Pressure Monitoring in the Management of Hypertension. *Annals of Internal Medicine*, *159*(3), 185. <https://doi.org/10.7326/0003-4819-159-3-201308060-00008>
- Oliveros, E., Patel, H., Kyung, S., Fugar, S., Goldberg, A., Madan, N., & Williams, K. A. (2020). Hypertension in older adults: Assessment, management, and challenges. *Clinical Cardiology*, *43*(2), 99–107. <https://doi.org/10.1002/clc.23303>
- Nelwan, J. E., & Sumampouw, O. (2019). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Perubahan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi di Kota Manado. *Journal PHWB*, *1*(2), 1–7.
- CDC. (2020). Facts About Hypertension. In *Centers for Disease Control and Prevention*.
- Kemkes RI. (2019). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. In *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*. PUSAT DATA DAN TEKNOLOGI INFORMASI KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-indonesia-2019.pdf>
- Sari, R. K., Yugiana, E., & Noviani, A. (2022). *Profil Statistik Kesehatan 2021*. Jakarta: Kemenkes RI. <https://www.bps.go.id/publication/download.html?nrbvfeve=MGYyMDczMjM5MDI2MzMzNDJhMWY2YjAx&xzmn=aHR0cHM6Ly93d3cuYnBzLmdvLmlkL3B1YmtpY2F0aW9uLzlwMjEvMTIvMjIvMGYyMDczMjM5MDI2MzMzNDJhMWY2YjAxL3Byb2ZpbC1zdGF0aXN0aWsta2VzZWVhdGFuLTIwMjEuaHRtbA%3D%3D&twoadfnarf>
- Syahputra, E.(2020). *Snowball Throwing Tingkatan Minat dan Hasil Belajar*. Sukabumi: Haura publishing.