

SURAT TUGAS

Nomor: 37-R/UNTAR/Pengabdian/II/2024

Rektor Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada saudara:

SUSY OLIVIA LONTOH, dr., M.Biomed.

Untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan data sebagai berikut:

Judul : Pemeriksaan Tekanan Darah Dan Lingkar Perut di Atisa Dipamkara Karawaci
Mitra : Atisa Dipamkara
Periode : 25 September 2023
URL Repository : <https://litar.untar.ac.id/ltrdosen/lapBKD/srttgspkm.aspx>

Demikian Surat Tugas ini dibuat, untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan melaporkan hasil penugasan tersebut kepada Rektor Universitas Tarumanagara

25 Februari 2024

Rektor



Prof. Dr. Ir. AGUSTINUS PURNA IRAWAN

Print Security : 8729a894ac69ff8b5f79894d4492f92d

Disclaimer: Surat ini dicetak dari Sistem Layanan Informasi Terpadu Universitas Tarumanagara dan dinyatakan sah secara hukum.

Lembaga

- Pembelajaran
- Kemahasiswaan dan Alumni
- Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat
- Penjaminan Mutu dan Sumber Daya
- Sistem Informasi dan Database

Fakultas

- Ekonomi dan Bisnis
- Hukum
- Teknik
- Kedokteran
- Psikologi
- Teknologi Informasi
- Seni Rupa dan Desain
- Ilmu Komunikasi
- Program Pascasarjana



**PERJANJIAN PELAKSANAAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT SKEMA REGULER
PERIODE II TAHUN ANGGARAN 2023
NOMOR: 0607-Int-KLPPM/UNTAR/IX/2023**

Pada hari ini Selasa tanggal 12 bulan September tahun 2023 yang bertanda tangan dibawah ini:

1. Nama : Ir. Jap Tji Beng, MMSI., M.Psi., Ph.D., P.E., M.ASCE
Jabatan : Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat
selanjutnya disebut **Pihak Pertama**
2. Nama : dr. Susy Olivia Lontoh, M.Biomed
NIDN : 0325107504
Jabatan : Dosen Tetap
Bertindak untuk diri sendiri dan atas nama anggota pelaksana pengabdian:
a. Nama dan NIM : Muhammad Dzakwan Dwi Putra [405210105]
b. Nama dan NIM : Muhammad Naufal Razaan [405210101]
selanjutnya disebut **Pihak Kedua**

Pihak Pertama dan **Pihak Kedua** sepakat mengadakan Perjanjian Pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat Skema Reguler Periode II Tahun 2023 Nomor : 0607-Int- KLPPM/UNTAR/IX/2023 sebagai berikut:

Pasal 1

- (1). **Pihak Pertama** menugaskan **Pihak Kedua** untuk melaksanakan Pengabdian "**Pemeriksaan Tekanan Darah Dan Lingkar Perut di Atisa Dipamkara Karawaci**"
- (2). Besaran biaya yang diberikan kepada **Pihak Kedua** sebesar Rp 8.000.000,- (delapan juta rupiah) diberikan dalam 2 (dua) tahap masing-masing sebesar 50%. Tahap I diberikan setelah penandatanganan Perjanjian ini dan Tahap II diberikan setelah **Pihak Kedua** mengumpulkan **luaran wajib berupa artikel dalam jurnal nasional dan luaran tambahan, laporan akhir, laporan keuangan dan poster**.

Pasal 2

- (1) **Pihak Kedua** diwajibkan mengikuti kegiatan monitoring dan evaluasi sesuai dengan jadwal yang ditetapkan oleh **Pihak Pertama**.
- (2) Apabila terjadi perselisihan menyangkut pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat ini, kedua belah pihak sepakat untuk menyelesaikannya secara musyawarah. Demikian Perjanjian ini dibuat dan untuk dilaksanakan dengan tanggungjawab.

Pihak Pertama



Ir. Jap Tji Beng, MMSI., M.Psi.,
Ph.D., P.E., M.ASCE

Pihak Kedua

dr. Susy Olivia Lontoh, M.Biomed

Lembaga

- Pembelajaran
- Kemahasiswaan dan Alumni
- Penelitian & Pengabdian Kepada Masyarakat
- Penjaminan Mutu dan Sumber Daya
- Sistem Informasi dan Database

Fakultas

- Ekonomi dan Bisnis
- Hukum
- Teknik
- Kedokteran
- Psikologi
- Teknologi Informasi
- Seni Rupa dan Desain
- Ilmu Komunikasi
- Program Pascasarjana

LAPORAN AKHIR
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT YANG DIAJUKAN
KE LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



PEMERIKSAAN TEKANAN DARAH DAN LINGKAR PERUT
DI ATISA DIPAMKARA KARAWACI

Disusun oleh:

Ketua Tim

dr.Susy Olivia, M.Biomed (0325107504/10401003)

Anggota:

Muhammad Dzakwan Dwi Putra (405210105)

Muhammad Naufal Razaan (405210101)

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERA
UNIVERSITAS TARUMANAGARA
JAKARTA
2023

HALAMAN PENGESAHAN
LAPORAN AKHIR PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
Periode II / Tahun 2023

- | | |
|--------------------------------|--|
| 1. Judul | : Pemeriksaan Tekanan Darah dan Lingkar Perut di Sekolah Atisa Dipamkara |
| 2. Nama Mitra | : Sekolah Atisa Dipamkara |
| 3. Nama Tim Pengusul | |
| a. Nama dan gelar | : dr.Susy Olivia Lontoh, M.Biomed |
| b. NIDN/NIK | : 0325107504/10401003 |
| c. Jabatan/Golongan | : Dosen tetap/IIIb |
| d. Program studi | : Sarjana Kedokteran |
| e. Fakultas | : Kedokteran |
| f. Bidang keahlian | : Ilmu Fisiologi |
| g. Nomor HP/Telpon | : 0818813286 |
| h. Email | : susyo@fk.untar.ac.id |
| 4. Anggota Tim PKM (Mahasiswa) | |
| a. Jumlah Anggota | : 2 orang |
| b. Nama & NIM Mahasiswa 1 | : Muhammad Dzakwan Dwi Putra (405210105) |
| c. Nama & NIM Mahasiswa 2 | : Muhammad Naufal Razaan (405210101) |
| 5. Lokasi Kegiatan Mitra | |
| a. Wilayah mitra | : Lippo Village |
| b. Kabupaten/kota | : Tangerang |
| c. Provinsi | : Banten |
| 6. Metode Pelaksanaan | : Luring |
| 7. Luaran yang dihasilkan | : Publikasi dan HKI |
| 8. Jangka Waktu Pelaksanaan | : Juli – Desember 2023 |
| 9. Biaya Total | |
| Biaya yang disetujui LPPM | : Rp 8.000.000, - |

Menyetujui,
Ketua LPPM



Ir. Jap Tji Beng, MMSI., M.Psi., Ph.D.,
P.E., M. ASCE

NIDN/NIK: 0323085501/10381047

Jakarta, 15 Desember 2023

Ketua Pelaksana



dr. Susy Olivia Lontoh, M.Biomed

NIDN/NIK: 0325107504/10401003

RINGKASAN

Tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol sering terjadi pada kelompok umur usia muda yaitu kelompok umur 31-64 tahun serta jarang memberikan gejala sehingga seseorang tidak menyadari mengalami hipertensi serta sering mengabaikan pemeriksaan tekanan darah secara berkala. Berdasarkan survei awal mitra merasa tidak perlu melakukan pemeriksaan tekanan secara berkala dan tidak mengetahui pentingnya pengukuran lingkaran pinggang. Kondisi ini membuat tekanan darah dan obesitas semakin tidak terdeteksi dan menimbulkan komplikasi berakibat fatal bagi kesehatan. Maka tim pengabdian masyarakat FK UNTAR melakukan kegiatan edukasi pentingnya pengukuran tekanan darah dan lingkaran pinggang untuk deteksi awal dan pencegahan hipertensi dan obesitas. Sasaran kegiatan pengukuran tekanan darah adalah seluruh dewasa muda di Atisa Dipamkara yang diduga tekanan darah tinggi serta riwayat keluarganya ada yang menderita hipertensi dan obesitas. Bentuk luaran yang dihasilkan: publikasi dan HKI. *Tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol dan obesitas menjadi tantangan kesehatan secara global. Berdasarkan survei awal peserta merasa tidak perlu melakukan pemeriksaan tekanan secara berkala dan tidak mengetahui pentingnya pengukuran lingkaran perut. Tim pengabdian masyarakat FK UNTAR melakukan kegiatan edukasi pentingnya pengukuran tekanan darah dan lingkaran perut untuk deteksi awal dan pencegahan hipertensi dan obesitas. Sasaran kegiatan pengukuran tekanan darah dan lingkaran perut adalah tenaga pengajar Atisa Dipamkara yang diduga tekanan darah tinggi serta riwayat keluarganya ada yang menderita hipertensi dan obesitas. Metode pelaksanaan kegiatan adalah pemeriksaan tekanan darah dan lingkaran pinggang dan edukasi langsung terkait hasil tekanan darah dan lingkaran perut. Kegiatan skrining tekanan darah, lingkaran perut dan edukasi pentingnya pemantauan pengukuran tekanan darah dan lingkaran perut telah dilakukan pada hari Senin, 25 September 2023, pukul 7.30-13.00 di Atisa Dipamkara. Kegiatan pengabdian diikuti 24 peserta terdiri 7 (29,2%) peserta laki-laki dan 17 (70,8%) perempuan. Rentang usia peserta adalah 23-56 tahun. Rerata tekanan darah sistolik adalah 114,79 mmHg dan tekanan darah sistolik maksimum adalah 150 mmHg. Rerata tekanan darah diastolik adalah 79,92 mmHg dan tekanan darah diastolik maksimum adalah 90 mmHg. Berdasarkan hasil pemeriksaan didapatkan tekanan darah sistolik dan diastolik peserta yang dikategorikan hipertensi. Rerata hasil pengukuran lingkaran perut adalah 88,33 cm dan lingkaran perut maksimum adalah 113 cm, maka berdasarkan hasil di atas ditemukan ukuran lingkaran perut peserta yang dikategorikan obesitas.*

Kata kunci: tekanan darah, lingkaran pinggang, obesitas, hipertensi

Kata kunci:

DAFTAR ISI

Halaman Sampul.....	i
Halaman Pengesahan.....	ii
Ringkasan.....	iii
Daftar Isi.....	iv
Daftar Tabel.....	v
Bab 1. Pendahuluan.....	1
1.1. Analisa Situasi.....	1
1.2. Permasalahan Mitra dan Tujuan Kegiatan PKM atau PKM sebelumnya.....	2
1.3. Uraikan keterkaitan topik dengan Peta Jalan PKM yang ada di Rencana Induk Penelitian dan PKM Untar.....	2
Bab 2. Solusi Permasalahan dan Luaran.....	3
2.1. Solusi Permasalahan.....	3
2.2. Rencana Luaran Kegiatan.....	3
Bab 3. Metodologi Pelaksanaan.....	4
3.1. Bentuk/Jenis Metode Pelaksanaan.....	4
3.2. Langkah – Langkah/Tahapan Pelaksanaan.....	4
3.3. Partisipasi Mitra dalam Kegiatan PKM.....	4
Daftar Pustaka.....	6
Lampiran.....	7

Daftar Tabel

Tabel 1. Rencana Luaran Kegiatan.....	3
Tabel 2. Anggaran.....	5
Tabel 3. Jadwal Kegiatan.....	5

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Analisa Situasi

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang mempengaruhi lebih dari satu miliar orang di seluruh dunia serta menjadi tantangan kesehatan masyarakat global. Prevalensi hipertensi diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia terutama pada negara berpenghasilan rendah dan menengah. Diperkirakan 46% orang dewasa tidak menyadari mengalami peningkatan tekanan darah. (WHO, 2021)

Angka kejadian hipertensi pada dewasa muda di seluruh dunia pada tahun 2025 diperkirakan 29%. Angka kematian akibat hipertensi di Asia Tenggara yang sepertiga populasinya menderita hipertensi sekitar 1,5 juta orang setiap tahun. (Kemenkes, 2017). Hasil pengukuran tekanan darah secara nasional didapatkan penduduk Indonesia dengan usia di atas 18 tahun 34,11% menderita tekanan darah tinggi. (Kemenkes, 2019; Riskerdas, 2018).

Meningkatnya prevalensi hipertensi dihubungkan dengan pertumbuhan populasi, penuaan, faktor genetik, dan faktor risiko gaya hidup seperti konsumsi garam dan lemak berlebihan, kurangnya aktivitas fisik, kelebihan berat badan dan obesitas, konsumsi alkohol yang berbahaya, dan manajemen stres yang buruk. Dalam jangka panjang, hipertensi yang tidak ditangani dengan serius berdampak terjadinya risiko kejadian kardiovaskular, seperti penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, kecacatan, dan kematian dini. (Schmidt, 2020)

Deteksi dini tekanan darah dapat membantu mengurangi faktor risiko, komorbiditas yang tidak dikelola dengan baik dan mortalitas hipertensi. Bentuk deteksi dini hipertensi melalui skrining tekanan darah memberikan manfaat bagi masyarakat. Deteksi dini dalam bentuk skrining tekanan darah dapat membantu mengidentifikasi kelompok risiko hipertensi serta mencegah komplikasi yang berpengaruh terhadap biaya terkait kesehatan serta kualitas kesehatan seseorang. (Lukito, 2019; Musini 2019; Rehman, 2023)

Upaya untuk mencegah atau mengelola hipertensi harus efektif, layak, terjangkau, dan berkelanjutan maka perlu dilakukan pemeriksaan tekanan darah. Pemeriksaan tekanan darah merupakan bentuk intervensi yang layak dan terjangkau sebagai deteksi dini hipertensi dikaitkan dengan faktor risiko perilaku dan sosial ekonomi (Bernabé-

Ortiz 2017). Deteksi dini hipertensi ringan penting dilakukan dari awal karena jika tidak dicegah dari sejak awal berdampak signifikan terhadap kesehatan dalam jangka panjang (Kemenkes, 2019)

Obesitas menjadi salah satu tantangan kesehatan masyarakat terbesar di zaman modern, dan terkait erat dengan risiko kardiovaskular yang merugikan. Hipertensi terkait obesitas terjadi karena interaksi kompleks antara beberapa mekanisme termasuk aktivasi SNS dan RAAS yang tidak tepat, disfungsi adiposit, dan gangguan natriuresis di fungsi ginjal. (Shariq,2020)

1.2. Permasalahan Mitra dan Tujuan Kegiatan PKM atau PKM sebelumnya

Tenaga Pengajar Atisa Dipamkara Karawaci merupakan mitra kegiatan pengabdian masyarakat FK UNTAR. Mitra kegiatan jarang melakukan pemeriksaan tekanan darah serta tidak pernah mengukur lingkar pinggang. Kegiatan penyuluhan terkait pengetahuan hipertensi merupakan bentuk pelaksanaan edukasi kesehatan Tim pengabdian masyarakat yang berkoordinasi dengan salah satu tenaga pengajar di Atisa sebagai upaya meningkatkan pengetahuan pencegahan tekanan darah tinggi dan berat badan berlebih. Menindaklanjuti hasil survei terkait obesitas dan hipertensi maka tim pengabdian melakukan Upaya pemantuan berupa skrining pengukuran tekanan darah dan lingkar pinggang sebagai deteksi dini untuk terjadinya hipertensi dan obesitas. Pengukuran tekanan darah merupakan pemeriksaan sederhana dan penting dilakukan untuk pencegahan peningkatan tekanan darah secara mendadak. Bentuk pengabdian masyarakat yaitu skrining pemeriksaan tekanan darah bertujuan untuk edukasi pentingnya pemantauan tekanan darah dan berat badan berlebih serta lingkar perut sebagai upaya deteksi dini dan pencegahan hipertensi dan obesitas di Atisa Dipamkara

1.3. Uraikan keterkaitan topik dengan Peta Jalan PKM yang ada di Rencana Induk Penelitian dan PKM Untar

Topik pada kegiatan pengabdian adalah pemeriksaan tekanan darah, lingkar perut dan edukasi terkait tekanan darah dan lingkar perut sesuai dengan RIP Penelitian dan PKM terkait upaya peningkatan layanan kesehatan masyarakat.

BAB 2

SOLUSI PERMASALAHAN DAN LUARAN

2.1. Solusi Permasalahan

Tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol dan obesitas sering terjadi pada kelompok umur usia muda yaitu kelompok umur 31-64 tahun serta jarang memberikan gejala sehingga seseorang tidak menyadari mengalami hipertensi serta sering mengabaikan pemeriksaan tekanan darah secara berkala. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017). Berdasarkan survei awal mitra merasa tidak perlu melakukan pemeriksaan tekanan secara berkala dan tidak mengetahui pentingnya pengukuran lingkaran pinggang. Kondisi ini membuat tekanan darah dan obesitas semakin tidak terdeteksi dan menimbulkan komplikasi berakibat fatal bagi kesehatan. Maka tim pengabdian masyarakat FK UNTAR melakukan kegiatan edukasi pentingnya pengukuran tekanan darah dan lingkaran pinggang untuk deteksi awal dan pencegahan hipertensi dan obesitas. Sasaran kegiatan pengukuran tekanan darah adalah seluruh dewasa muda di Atisa Dipamkara yang diduga tekanan darah tinggi serta riwayat keluarganya ada yang menderita hipertensi dan obesitas.

2.2. Rencana Luaran Kegiatan

Tabel 1. Rencana Luaran Kegiatan

No.	Jenis Luaran	Keterangan
Luaran Wajib		
1	Publikasi ilmiah pada jurnal ber ISSN atau	-
2	Prosiding dalam temu ilmiah	Publikasi
Luaran Tambahan (wajib ada)		
1	Hak Kekayaan Intelektual (HKI) atau	Sertifikat
2	Teknologi Tepat Guna (TTG) atau	-
3	Model/Purwarupa (Prototip)/Karya Desain/Seni atau	-
4	Buku ber ISBN atau	-
5	Produk Terstandarisasi	-

BAB 3

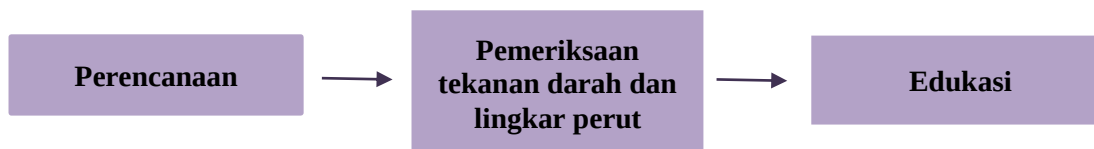
METODE PELAKSANAAN

3.1. Bentuk/Jenis Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan kegiatan adalah pemeriksaan tekanan darah dan lingkaran pinggang dan edukasi langsung terkait hasil tekanan darah dan lingkaran perut.

3.2. Langkah-Langkah/Tahapan Pelaksanaan

1. Tahap Persiapan merencanakan kegiatan skrining pengukuran tekanan darah, lingkaran pinggang dan berkoordinasi persiapan sarana dan prasarana serta melakukan pendataan peserta pengabdian.
2. Tahap Pelaksanaan : dilakukan pengukuran dan pencatatan tekanan darah serta lingkaran pinggang dan memberikan informasi terkait hasil tekanan darah dan lingkaran pinggang. Edukasi terkait obesitas, tekanan darah tinggi serta pentingnya pemantauan tekanan darah dilakukan sejak dini dan secara berkala dan memperhatikan lingkaran pinggang untuk mendeteksi obesitas



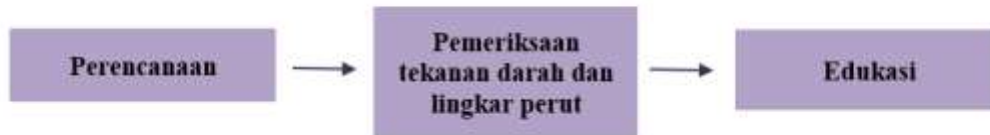
3. Partisipasi Mitra dalam Kegiatan PKM

Mitra edukasi diikutsertakan pada persiapan serta sosialisasi serta pelaksanaan kegiatan, sehingga kegiatan edukasi dapat berlangsung berkelanjutan dan berkesinambungan dan menilai apakah kegiatan edukasi sebelumnya memberikan manfaat bagi mitra. Target yang diharapkan terkait pelaksanaan pemeriksaan tekanan darah dan lingkaran pinggang adalah peserta memahami pentingnya maksud dan tujuan dilakukan pemeriksaan tekanan darah dan lingkaran pinggang. Manfaat yang didapatkan dari kegiatan adalah peserta dapat mengetahui hasil tekanan darah dan lingkaran pinggang serta dapat melakukan konsultasi langsung pada tim pengabdian masyarakat terkait hasil tekanan darahnya dan lingkaran perut dalam pencegahan obesitas

BAB 4

HASIL DAN LUARAN YANG DI CAPAI

Metode pelaksanaan kegiatan adalah pemeriksaan tekanan darah, lingkaran perut dan edukasi langsung terkait tekanan darah dan lingkaran perut. Tim pengabdian masyarakat FK UNTAR melakukan kegiatan edukasi pentingnya pengukuran tekanan darah dan lingkaran perut untuk deteksi awal dan pencegahan hipertensi dan obesitas. Sasaran kegiatan pengukuran tekanan darah adalah tenaga pengajar Atisa Dipamkara yang diduga tekanan darah tinggi serta riwayat keluarganya ada yang menderita hipertensi dan obesitas.



Gambar 1. Tahapan Kegiatan

Tahap persiapan dimulai merencanakan kegiatan skrining pengukuran tekanan darah, lingkaran perut dan berkoordinasi persiapan sarana dan prasarana serta melakukan pendataan peserta pengabdian. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada hari Senin, 25 September 2023, pukul 7.30-13.00 di Atisa Dipamkara. Tim pengabdian melakukan pengukuran dan pencatatan tekanan darah serta lingkaran perut serta memberikan edukasi terkait hasil pemeriksaan serta pentingnya pemantauan tekanan darah dilakukan sejak dini dan secara berkala dan memperhatikan lingkaran perut untuk mendeteksi obesitas.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pemeriksaan pada kegiatan pengabdian pada tabel 1 yang diikuti 24 peserta terdiri 7 (29,2%) peserta laki-laki dan 17 (70,8%) perempuan. Rentang usia peserta yang mengikuti kegiatan adalah 23-56 tahun. Rerata tekanan darah sistolik adalah 114,79 mmHg dan tekanan darah sistolik maksimum adalah 150 mmHg. Rerata tekanan darah diastolik adalah 79,92 mmHg dan tekanan darah diastolik maksimum adalah 90 mmHg. Berdasarkan hasil pemeriksaan tekanan darah mitra terdapat tekanan darah sistolik dan diastolik yang dikategorikan hipertensi. Rerata hasil pengukuran lingkaran perut adalah 88,33 cm dan lingkaran perut maksimum adalah 113 cm. Standar normal pengukuran lingkaran perut adalah < 90 untuk laki-laki dan < 80 untuk perempuan adalah normal, ≥ 90 untuk laki-laki dan ≥ 80 untuk perempuan adalah obesitas. Berdasarkan hasil diatas ditemukan ukuran lingkaran perut peserta yang dikategorikan obesitas. (Kemenkes, 2017)

Tabel 1. Hasil Pemeriksaan

Variabel	Proporsi (%) N = 24	Mean	Median Min - Maks
Jenis kelamin			
Laki-laki	7 (29,2)		
Perempuan	17 (70,8)		
Usia (tahun)		38,96	38 (23 – 56)

Tekanan Darah Sistolik (mmHg)	114,79	110 (90 – 150)
Tekanan Darah Diastolik (mmHg)	79,92	80 (60 – 90)
Lingkar Perut (cm)	88,33	87 (70 – 113)

Tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol dan obesitas sering terjadi pada kelompok umur usia muda yaitu kelompok umur 31-64 tahun serta jarang memberikan gejala sehingga seseorang tidak menyadari mengalami hipertensi serta sering mengabaikan pemeriksaan tekanan darah secara berkala (Kemenkes,2017) Hipertensi terkait obesitas terjadi karena interaksi kompleks antara beberapa mekanisme termasuk aktivasi SNS dan RAAS yang tidak tepat, disfungsi adiposit, dan gangguan natriuresis di fungsi ginjal. (Shariq,2020)

Peserta edukasi diikutsertakan pada sosialisasi serta pelaksanaan kegiatan pemeriksaan tekanan darah dan pengukuran lingkar perut. Target kegiatan edukasi terkait pelaksanaan pemeriksaan tekanan darah dan lingkar perut adalah peserta memahami pentingnya pemantauan pemeriksaan tekanan darah dan lingkar perut sehingga peserta edukasi mendapatkan manfaat dari kegiatan adalah yaitu peserta mengetahui hasil tekanan darah dan lingkar perut serta dapat melakukan konsultasi langsung pada tim pengabdian masyarakat terkait tekanan darah, lingkar perut serta Upaya pencegahan hipertensi dan obesitas

Edukasi yang dilakukan oleh tim pengabdian berupa informasi terkait tekanan darah yang tidak terpantau dengan baik serta faktor risiko gaya hidup seperti konsumsi garam dan lemak berlebihan, kurangnya aktivitas fisik, kelebihan berat badan dan obesitas serta manajemen stres yang buruk berdampak terjadinya risiko kejadian kardiovaskular, seperti penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, kecacatan, dan kematian dini. Tim pengabdian juga memberitahu perlu dilakukan pemeriksaan tekanan darah dan lingkar perut secara berkala karena upaya untuk mencegah atau mengelola hipertensi harus efektif, layak, terjangkau, dan berkelanjutan. Pemeriksaan tekanan darah dan lingkar perut merupakan bentuk intervensi yang layak dan terjangkau sebagai deteksi dini hipertensi dan obesitas. (Bernabé-Ortiz 2017). Deteksi dini hipertensi ringan penting dilakukan dari awal karena jika tidak dicegah dari sejak awal berdampak signifikan terhadap kesehatan dalam jangka panjang (Kemenkes, 2019)

Luaran yang dicapai

No.	Jenis uaran	Keterangan
Luaran Wajib		
1	Publikasi ilmiah pada jurnal ber ISSN atau	Serina
Luaran Tambahan (wajib ada)		
1	Hak Kekayaan Intelektual (HKI) atau	Sertifikat

BAB V.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan edukasi pentingnya pemantauan pengukuran tekanan darah dan lingkar perut telah dilakukan pada hari Senin, 25 September 2023, pukul 7.30-13.00 di Atisa Dipamkara. Kegiatan pengabdian diikuti 24 peserta terdiri 7 (29,2%) peserta laki-laki dan 17 (70,8%) perempuan. Rentang usia peserta adalah 23-56 tahun. Rerata tekanan darah sistolik adalah 114,79 mmHg dan tekanan darah sistolik maksimum adalah 150 mmHg. Rerata tekanan darah diastolik adalah 79,92 mmHg dan tekanan darah diastolik maksimum adalah 90 mmHg. Berdasarkan hasil pemeriksaan didapatkan tekanan darah sistolik dan diastolik peserta yang dikategorikan hipertensi. Rerata hasil pengukuran lingkar perut adalah 88,33 cm dan lingkar perut maksimum adalah 113 cm, maka berdasarkan hasil di atas ditemukan ukuran lingkar perut peserta yang dikategorikan obesitas. Kegiatan dapat dilakukan 3 bulan lagi pada peserta serta dilakukan survei terkait pola aktivitas fisik dan pola makan.

DAFTAR PUSTAKA

- Bernabe-Ortiz A, Carrillo-Larco RM, Gilman RH, Checkley W, Smeeth L, Miranda JJ. Impact of urbanisation and altitude on the incidence of, and risk factors for, hypertension. *BMJ Heart* 2017;103(1):827-33. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28115473/>
- Kemenkes RI. 2017. Fakta dan Angka Hipertensi. <https://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/subdit-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/fakta-dan-angka-hipertensi>
- Kemenkes. (2019). Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20190517/5130282/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat/>
- Kementerian Kesehatan RI, 2019. Infodatin Hipertensi Pembunuh Senyap. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>
- Lukito AA, Harmeiwaty E, Hustrini NM, editors.(2019). Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi 2019. Jakarta: Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia. <https://www.inash.or.id/news-detail.do?id=411>
- Musini VM, Tejani AM, Bassett K, Puil L, Wright JM. (2019). Pharmacotherapy for hypertension in adults 60 years or older. *Cochrane Database of Systematic Reviews* ;6(CD000028):1-125 <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31167038/>
- Rehman S, Hashmi MF, Nelson VL. Blood Pressure Measurement. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2023 Jan-. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK482189/>
- Riskesdas. (2018). Laporan riset kesehatan dasar. Jakarta:Departemen Kesehatan Republik Indonesia <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-riskesdas/>
- Schmidt BM, Durao S, Toews I, Bavuma CM, Hohlfeld A, Nury E, Meerpohl JJ, Kredo T.(2020). Screening strategies for hypertension. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 5. Art. No.: CD013212. DOI: 10.1002/14651858.CD013212.pub2. <https://www.cochranelibrary.com/cdsr/doi/10.1002/14651858.CD013212.pub2/full>
- Shariq OA, McKenzie TJ. Obesity-related hypertension: a review of pathophysiology, management, and the role of metabolic surgery. *Gland Surg.* 2020;9(1):80-93. doi: 10.21037/gs.2019.12.03. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7082272/#:~:text=Obesity%2Drelated%20hypertension%20occurs%20due,physical%20compression%20of%20the%20kidneys.>
- World Health Organization. 2021. Hypertension. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>