

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



**PENCEGAHAN HIPERTENSI  
MELALUI PENINGKATAN PARTISIPASI MASYARAKAT KELURAHAN TOMANG  
JAKARTA BARAT**

Disusun oleh:

Ketua Tim

dr. Alexander Halim Santoso, M.Gizi (10416010)

Anggota:

dr. Sari Mariyati Dewi, M.Biomed (10402001)

dr. Alya Dwiana, M.Sc, BHS (10409005)

dr. Triyana Sari, M.Biomed (10410009)

**PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
JAKARTA  
TAHUN 2020**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**  
**Periode 2 / Tahun 2020**

1. Judul : Pencegahan Hipertensi melalui Peningkatan Partisipasi Masyarakat Kelurahan Tomang Jakarta Barat
2. Nama Mitra PKM : Kader Kelurahan Tomang, Jakarta Barat
3. Ketua Tim Pengusul
  - a. Nama dan gelar : dr. Alexander Halim Santoso, M.Gizi
  - b. NIK/NIDN : 10416010/0316097004
  - c. Jabatan/gol. : Dosen tetap/IIIb
  - d. Program studi : Sarjana Kedokteran
  - e. Fakultas : Fakultas Kedokteran
  - f. Bidang keahlian : Gizi Klinik
  - g. Alamat kantor : Bagian Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara; email: [alexanders@fk.untar.ac.id](mailto:alexanders@fk.untar.ac.id)
  - h. Nomor HP/Telepon : 081381606869
4. Anggota Tim PKM (Dosen)
  - a. Jumlah anggota : Dosen 3 orang
  - b. Nama anggota 1/Keahlian : dr. Sari Mariyati Dewi, M.Biomed/Histologi
  - c. Nama anggota 2/Keahlian : dr. Alya Dwiana, MSc, BHS (Phys)/Ilmu Faal
  - d. Nama anggota 3/Keahlian : dr. Triyana Sari, M.Biomed/Ilmu Biologi Kedokteran
5. Anggota Tim PKM (Mahasiswa)
  - a. Nama mahasiswa dan NIM : Sung Chian (405180113)
  - b. Nama mahasiswa dan NIM : Marenda Shineri Kartolo (405180119)
  - c. Nama mahasiswa dan NIM :
6. Lokasi Kegiatan Mitra
  - a. Wilayah mitra : Kelurahan Tomang
  - b. Kabupaten/Kota : Jakarta Barat
  - c. Provinsi : DKI Jakarta
  - d. Jarak PT kelokasimitra : 5-10 km
7. Luaran yang dihasilkan : Publikasi di Jurnal, HKI, Presentasi SERINA
8. Jangka Waktu Pelaksanaan : ~~Januari-Juni~~/Juni-Desember
9. Biaya Total
  - a. Biaya yang disetujui : Rp. 9.500.000,-

Jakarta, 15 Februari 2021

Mengetahui  
Dekan Fakultas Kedokteran

Ketua Tim Pengusul

Dr. dr. Meilani Kumala, MS, Sp.GK(K)  
NIDN/NIK : 0326105805/10486005

dr Alexander Halim Santoso, M.Gizi  
NIDN/NIK : 10416010/0316097004

Menyetujui  
Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat

Jap Tji Beng, PhD

NIDN/NIK : 0323085501/10381047

## DAFTAR ISI

Halaman Sampul.....	1
Halaman Pengesahan .....	2
Daftar Isi .....	3
Ringkasan.....	4
Prakata.....	5
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>6</b>
1.1 Analisis Situasi.....	6
1.2 Permasalahan Mitra .....	7
<b>BAB 2 TARGET DAN LUARAN .....</b>	<b>9</b>
2.1 Khalayak Sasaran.....	9
2.2 Luaran .....	9
2.3 Manfaat .....	10
<b>BAB 3 METODE PELAKSANAAN .....</b>	<b>11</b>
3.1 Ruang Lingkup Daerah Kegiatan dan Sasaran.....	11
3.2 Bentuk Kegiatan.....	11
3.3 Sasaran .....	11
3.4 Waktu Pelaksanaan Kegiatan .....	11
3.5 Tahapan Kegiatan PKM.....	12
3.6 Kegiatan Panitia PKM.....	12
<b>BAB 4 HASIL DAN LUARAN .....</b>	<b>14</b>
4.1 Hasil Kegiatan.....	14
4.2 Skema Alur Kegiatan.....	14
4.3 Pembahasan.....	15
<b>BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>18</b>
<b>DOKUMENTASI KEGIATAN.....</b>	<b>19</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>20</b>

## RINGKASAN

Kader merupakan bagian dari suatu komunitas yang memiliki peran penting dalam upaya peningkatan kapasitas masyarakatnya, secara khusus dalam peningkatan kualitas kesehatan. Kader posyandu dipilih atau ditunjuk untuk berperan dalam kegiatan dan pembinaan posyandu. Peningkatan pengetahuan serta wawasan kader dilakukan dengan berbagai upaya yang bermuara pada meningkatnya pengetahuan dan *skills*. Target dari kegiatan ini adalah masyarakat, khususnya daerah Tomang yang merupakan daerah binaan FK UNTAR, serta daerah Tomang termasuk dalam zona merah COVID-19. Berdasarkan uraian di atas hipertensi merupakan salah satu komorbid kematian infeksi akibat COVID-19. Oleh karena itu kami bermaksud melakukan kegiatan melalui kader Kelurahan Tomang, sehingga dapat membantu mencegah peningkatan tekanan darah yang tidak terkendali, pengawasan terhadap tekanan darah masyarakat Tomang, serta menyalurkan wawasannya terkait darah tinggi ke lingkungan sekitarnya. Kegiatan ini dilakukan terkait adanya ketentuan PSBB dari pemerintahan pusat, serta kondisi pandemi, maka kegiatan yang kami lakukan melalui kader serta PKK Kelurahan Tomang.

Kata kunci : Kader, hipertensi, pembinaan posyandu

## PRAKATA

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya sehingga pelaksanaandapat terlaksana dengan baik dan lancar, serta sampai terselesaikannya laporan akhir kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat. Laporan akhir PKM dibuat sebagai pertanggungjawaban secara tertulis kegiatan yang didanai oleh DPPM Universitas Tarumanagara tahun 2020.

Kegiatan Abdimas ini terselenggara atas kerja keras semua pihak yang telah memberikan dukungan moril maupun materil. Kami mengucapkan banyak terima kasih, khususnya kepada:

- a. Yayasan Tarumanagara, baik Pimpinan (Pembina, Pengawas dan Pengurus) yang mendukung kegiatan pengabdian masyarakat di UNTAR
- b. Rektor Universitas Tarumanagara, Prof. Dr. Ir. Agustinus Purna Irawan, ST, MT
- c. Ketua LPPM UNTAR Jap Tji Beng, PhD
- d. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Dr. dr. Meilani Kumala, MS,Sp.GK (K) beserta Wadek
- e. Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara
- f. Lurah Kelurahan Tomang beserta jajarannya
- g. Kader Kelurahan Tomang
- h. Pihak lain yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu, yang telah membantu terwujudnya kegiatan bakti kesehatan.

Semoga laporan akhir ini dapat memberikan gambaran tentang kegiatan bakti kesehatan FK UNTAR. Mohon maaf atas segala kekurangan yang terjadi.

Atas perhatian dan kerjasama semua pihak, kami ucapkan terima kasih.

Jakarta, 15 Februari 2021

Panitia

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Analisis Situasi

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang termasuk dalam kelompok penyakit tidak menular. Tekanan darah tinggi merupakan tekanan yang dihasilkan oleh kekuatan jantung ketika memompa darah. Hipertensi berkaitan dengan kenaikan tekanan sistolik dan tekanan diastolik. Tekanan darah orang dewasa normal yaitu 120 mmHg ketika jantung berdetak (sistolik) dan 80 mmHg pada saat jantung berelaksasi (diastolik). Ketika tekanan darah sistolik lebih dari sama dengan 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik lebih dari sama dengan 90 mmHg, maka terjadi peningkatan tekanan darah. Tekanan darah yang meningkat menyebabkan semakin tinggi risiko kerusakan pada jantung dan pembuluh darah, serta organ utama lain, yaitu otak dan ginjal (WHO, 2013).

Penyakit tidak menular (PTM), termasuk hipertensi, dalam beberapa tahun terakhir menjadi masalah kesehatan utama, karena 70% penyebab kematian di dunia (57 juta kematian/tahun) dikaitkan dengan PTM. Namun, kemunculan COVID-19 yang tiba-tiba, maka penyakit menular/*communicable disease*(CD), telah mengubah konsep kami terhadap kesehatan dan penyakit. Pandemi yang dialami seluruh dunia sangat mengancam semua aspek kehidupan, seperti kesehatan, ekonomi, pendidikan, dan hubungan antar manusia. Lebih jauh lagi, kita harus mengubah konsep hidup normal kita menjadi “Normal Baru” (Itoh H, 2020).

Pandemi COVID-19 diprediksi akan membuat pandemi NCD (*Non communicable disease*), terutama hipertensi. Hipertensi merupakan penyakit yang berhubungan dengan gaya hidup yang kurang baik, seperti makanan yang banyak mengandung garam, merokok, kurang aktivitas fisik, serta stress yang berlebihan. Dalam konteks ini, dengan adanya pandemi global menimbulkan entitas penyakit baru, yaitu konvergensi CD dan NCD tanpa batas. Oleh karena itu, kita juga harus mencegah konvergensi COVID-19 dan PTM dari gaya hidup setiap orang dalam masyarakat dimana dia tinggal dan harus menjaga lingkungan hidup yang secara bertahap diakui sebagai masalah yang mendesak.(Hall G, 2020)

Berdasarkan penelitian, pasien dengan tekanan darah tinggi memiliki risiko dua kali lipat untuk meninggal akibat COVID-19 dibandingkan dengan pasien tanpa tekanan darah tinggi. Selain itu, pasien dengan tekanan darah tinggi yang tidak minum obat untuk

mengendalikan kondisinya berisiko lebih besar meninggal akibat COVID-19. (Escardio,2020)

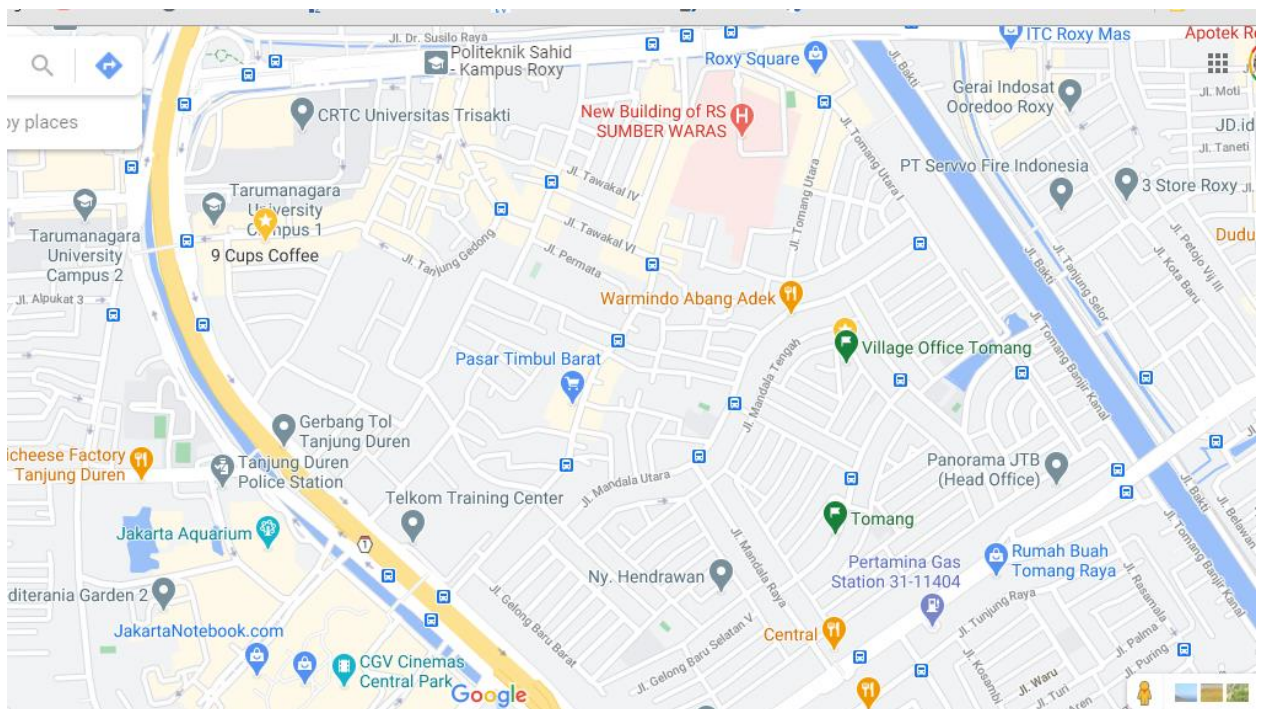
## 1.2 Permasalahan Mitra

WHO mendefinisikan peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku dalam istilah *Health Education*, yaitu kombinasi pengalaman belajar yang dirancang untuk meningkatkan pengetahuan dan membantu individu dan kelompok mengembangkan sosial kesehatannya. Konsep *Health Education* dengan sasaran individu dan kelompok berkembang menjadi konsep *Public Health* dengan sasaran kelompok masyarakat yang lebih luas. Esensinya adalah masyarakat yang sadar dan secara mandiri menciptakan lingkungan tempat tinggal, lingkungan kerja, dan lingkungan sosial yang berbasis pada "*culture health*" (Snelling 2014).

Kader merupakan bagian dari suatu komunitas yang memiliki peran penting dalam upaya peningkatan kapasitas masyarakatnya, secara khusus dalam peningkatan kualitas kesehatan masyarakat (Berthold dkk. 2009). Kader posyandu dipilih atau ditunjuk untuk berperan dalam kegiatan dan pembinaan posyandu. Peningkatan pengetahuan serta wawasan kader dilakukan dengan berbagai upaya yang bermuara pada meningkatnya pengetahuan dan keterampilan (*skills*). Upaya pertama yang dilakukan adalah melihat sistem sosial kesehatan pada individu atau kelompok lain. Dalam hal ini diperlukan dukungan dari kelompok lain untuk memberi informasi dan penguatan motivasi. Glanz *et al.*, 2008 menjelaskan bahwa perubahan perilaku dipengaruhi oleh *social network and social support to health*. Hal tersebut disebabkan adanya jaringan sosial dan dukungan sosial pihak lain akan berdampak pada terjadinya perubahan positif terhadap fisik, mental pengetahuan, dan sikap serta sosial kesehatan pada suatu individu dan kelompok. Upaya peningkatan kapasitas kader lainnya adalah meningkatkan keterampilan dalam bentuk kegiatan bimbingan teknis dan pelatihan. Kegiatan ini diyakini dapat menciptakan peningkatan keterampilan yang dimulai dari perubahan perilaku.

Kelurahan Tomang memiliki luas wilayah 1,88 km<sup>2</sup>, terdiri dari 8.841 kepala keluarga (KK), 16 RW (rukun warga) dan 174 RT (rukun tetangga). Kelurahan ini berbatasan dengan Kelurahan Cideng, Kelurahan Jatipulo, Kelurahan Tanjung Duren Selatan dan Kelurahan Grogol (Gambar 1). Kelurahan Tomang merupakan wilayah sekitar UNTAR serta daerah binaan Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. Berdasarkan hasil wawancara dan data dari puskesmas Tomang didapatkan banyaknya warga kelurahan Tomang yang menderita PTM, terutama hipertensi. Target dari kegiatan ini adalah masyarakat, khususnya

daerah Tomang yang merupakan daerah binaan FK UNTAR, serta daerah Tomang termasuk dalam zona merah COVID-19. Berdasarkan uraian di atas, hipertensi merupakan salah satu komorbid kematian infeksi COVID-19. Oleh karena itu kami bermaksud melakukan kegiatan melalui kader Kelurahan Tomang, sehingga dapat membantu mencegah peningkatan tekanan darah yang tidak terkontrol, pengawasan terhadap tekanan darah masyarakat Tomang, serta menyalurkan wawasannya terkait darah tinggi ke lingkungan sekitarnya. Kegiatan ini dilakukan terkait adanya ketentuan PSBB dari pemerintahan pusat, serta kondisi pandemi, maka kegiatan yang kami lakukan melalui kader Kelurahan Tomang.



**Gambar 1**



## **BAB 2**

### **TARGET DAN LUARAN**

#### **2.1 Khalayak Sasaran**

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi masyarakat Kelurahan Tomang Jakarta Barat, maka kami bermaksud untuk melaksanakan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (abdimas) berupa edukasi dan pelatihan pengukuran tanda-tanda vital yang mencakup pengukuran tekanan darah, denyut nadi, frekuensi pernapasan, dan pengukuran suhu tubuh bagi para kader Kelurahan Tomang. Edukasi dan pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan para kader dalam melakukan pengukuran dasar, sehingga dapat mengawasi, mencegah, dan mengendalikan kejadian hipertensi pada warga masyarakat Kelurahan Tomang Jakarta Barat. Kegiatan abdimas ini juga merupakan salah satu bentuk perwujudan tri dharma perguruan tinggi di bidang Pengabdian dan Pelayanan kepada Masyarakat (P2M) yang membutuhkan peran serta dosen dan mahasiswa.

Kegiatan abdimas ini ditujukan bagi para kader kesehatan, karang taruna, dan posyandu di wilayah Kelurahan Tomang Jakarta Barat. Kegiatan Pengabdian yang berupa edukasi dan pelatihan ini diharapkan dapat membantu kader dalam melakukan pemantauan secara berkala dalam mengetahui status kesehatan para warga, terutama dalam hal tekanan darah, sehingga dapat dilakukan upaya yang berkesinambungan untuk mencegah meningkatnya angka kejadian hipertensi dan komplikasinya.

Tim pengusul yang merupakan dosen dari Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara (FK UNTAR) beserta mahasiswa FK UNTAR berupaya meningkatkan wawasan para kader terkait penyakit hipertensi.

#### **2.2 Luaran**

Target luaran yang hendak dicapai dari kegiatan Abdimas ini adalah:

1. Jangka pendek:

- Memberikan edukasi mengenai pemeriksaan tanda-tanda vital kepada para kader, posyandu dan karang taruna Kelurahan Tomang Jakarta Barat.
- Memberikan pelatihan pemeriksaan tekanan darah pada kader, posyandu dan karang taruna Kelurahan Tomang Jakarta Barat.

- Peningkatan kepedulian para dosen dan mahasiswa mengenai pengabdian masyarakat
2. Jangka Menengah:
    - Meningkatkan wawasan dan status kesehatan masyarakat di Kelurahan Tomang Jakarta Barat.
    - Dilakukannya kegiatan pengabdian masyarakat ini secara rutin.
  3. Jangka Panjang:
    - Menurunnya jumlah insiden hipertensi di Kelurahan Tomang Jakarta Barat
    - Sebagai langkah awal dalam menunjang kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya.

### **2.3 Manfaat**

1. Khalayak sasaran

Memberikan informasi dan meningkatkan wawasan bagi para kader, posyandu, karang taruna dan masyarakat Kelurahan Tomang Jakarta Barat untuk menjalankan pola hidup sehat.
2. Bagi Fakultas Kedokteran UNTAR

Para dosen FK UNTAR dapat mengaplikasikan ilmu dan pengetahuan yang telah ada untuk kepentingan masyarakat secara langsung, serta dapat melakukan salah satu butir tri dharma perguruan tinggi, yaitu pengabdian masyarakat.

## **BAB 3**

### **METODE PELAKSANAAN**

#### **3.1 Ruang Lingkup Daerah Kegiatan dan Sasaran**

Kelurahan Tomang dengan luas wilayah 1,88 km<sup>2</sup>, terdiri atas 16 rukun warga (RW), 174 rukun tetangga (RT) dan 8841 kepala keluarga (KK). Kelurahan ini berbatasan langsung dengan Kelurahan Cideng, Kelurahan Jatipulo, Kelurahan Tanjung Duren Selatan dan Kelurahan Grogol. Kelurahan Tomang memiliki jumlah penduduk sebesar 36.220 jiwa (18.591 laki-laki dan 17.639 perempuan).

Berdasarkan hasil pemetaan profil antropometri dan biokimia darah di Kelurahan Tomang oleh Santoso dkk, didapatkan prevalensi hipertensi sebesar 10,8%. Hasil ini lebih tinggi dibandingkan dengan prevalensi hipertensi nasional berdasarkan Riskesdas 2018.

#### **3.2 Bentuk Kegiatan**

Propinsi DKI Jakarta merupakan salah satu propinsi yang angka peningkatan COVID-19nya tinggi. Gubernur DKI Jakarta melalui Keputusan Gubernur No. 11 tahun 2020 menetapkan pembatasan sosial berskala besar (PSBB) transisi di wilayah DKI Jakarta hingga 21 Desember 2020. Berdasarkan kondisi tersebut, tim pengusul memutuskan pelaksanaan kegiatan Pengabdian dilaksanakan secara daring dengan menggunakan aplikasi Zoom.

Koordinator kader dari Kelurahan Tomang berperan melalui: (1) Penyebaran undangan kepada kader-kader lain dan unit-unit kerja lain, seperti posyandu dan karang taruna di Kelurahan Tomang, Jakarta Barat; (2) Melakukan pendaftaran nama-nama kader, unit kerja posyandu, dan unit kerja karang taruna yang akan mengikuti acara pengabdian; (3) Melaporkan kehadiran dari para kader, unit kerja posyandu, dan unit kerja karang taruna pada saat pelaksanaan kegiatan.

#### **3.3 Sasaran**

Para kader Kelurahan Tomang, Jakarta Barat

#### **3.4 Waktu Pelaksanaan Kegiatan:**

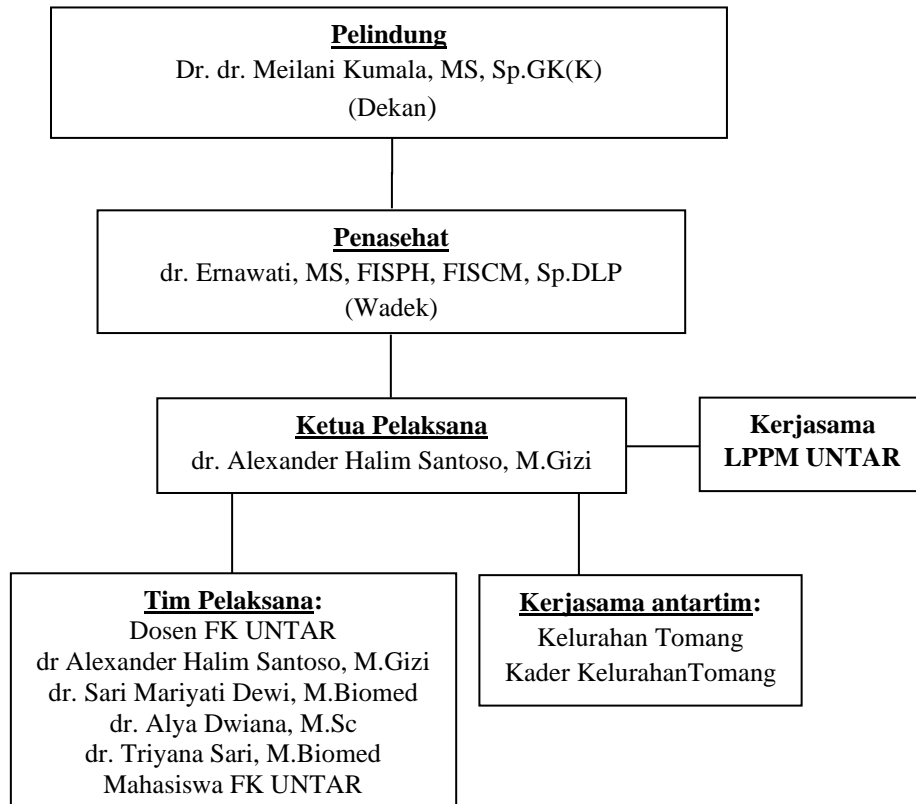
Hari/Tanggal : Selasa, 15 Desember 2020

Waktu : 08.00 – 11.00 WIB

Tempat : Kediaman masing-masing

### 3.5 Tahapan Kegiatan PKM

Susunan Panitia Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) FK UNTAR



**Gambar 3.1 Panitia Pengabdian kepada Masyarakat**

### 3.6 Kegiatan Panitia Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)

Kegiatan panitia PKM dirangkum pada tabel 3.1

**Tabel 3.1. Kegiatan Panitia PKM**

No	Kegiatan	Waktu/Tempat	Tujuan dan Target	Hasil
1.	Rapat Penyusunan Topik PKM	September 2020	Menentukan topik proposal pengabdian	Topik disetujui
2.	Penyusunan proposal	Oktober 2020	Menyusun proposal	Draft proposal
3.	Pengajuan Proposal ke DPPM	10 Oktober 2020	Acc Proposal	Rp. 9,500,000,-
4.	Koordinasi dengan Lingkungan UNTAR	Oktober 2020	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pemberitahuan acara</li> <li>• Rapat persiapan kegiatan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mahasiswa siap membantu kegiatan</li> </ul>
4.	Koordinasi dengan Kelurahan Tomang, Jakarta Barat	16 November 2020	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pemberitahuan acara</li> <li>• Rapat Persiapan Kegiatan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acara Kegiatan disetujui oleh Kelurahan</li> <li>• Para Kader siap membantu kegiatan</li> </ul>
5	Penyediaan sarana dan prasarana	November – Desember 2020	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Semua tim menyiapkan keperluan acara pengukuran dan penyuluhan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Semua tim dapat menyiapkan sarana dan prasarana dengan baik</li> <li>• Semua tim dapat saling berkoordinasi dengan baik</li> </ul>
6	Pelaksanaan	15 Desember 2020	Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Pengukuran tanda-tanda vital secara daring	Acara berjalan dengan lancar dan aman
7.	Rekapan data-data	Desember 2020	Merekap data, formulir pendaftaran, kwitansi	
8	Penyelesaian laporan kegiatan	Desember 2020 – Januari 2021	Laporan akhir	

**BAB 4**  
**HASIL DAN LUARAN**

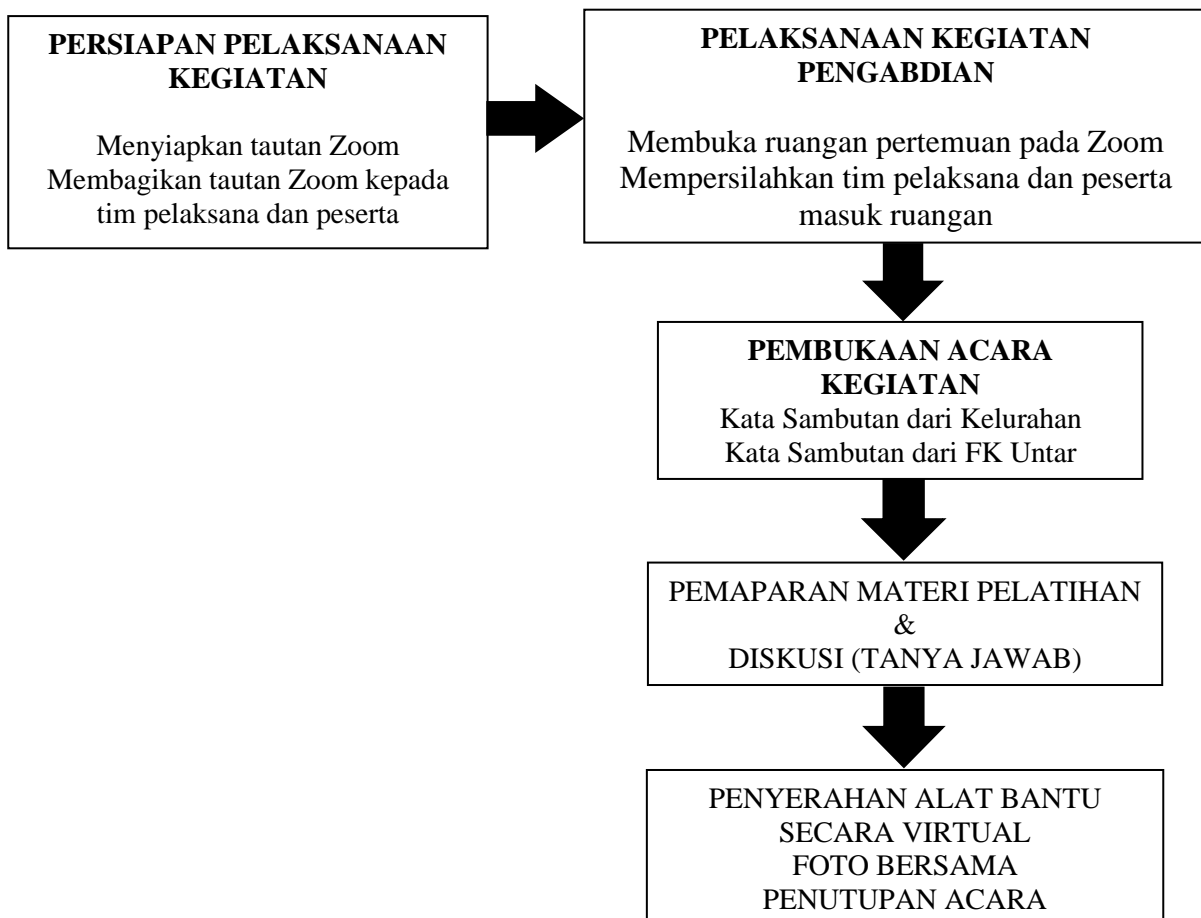
**4.1 Hasil Kegiatan**

Susunan acara kegiatan dapat dilihat pada Tabel 4.1

**Tabel 4.1 Susunan Acara Kegiatan Pengabdian**

Hari/Tanggal	Selasa, 15 Desember 2020
Jam	Kegiatan
07.45 – 08.00	Persiapan di kediaman masing-masing; membuka ruang pertemuan pada aplikasi Zoom; peserta masuk ke ruang pertemuan
08.00 – 10.30	Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian
10.30 – 10.40	Pengambilan foto bersama dan penutupan

**4.2 Skema Alur Kegiatan**



## **4.3 Pembahasan**

### **4.3.1 Persiapan Kegiatan Pengabdian**

Persiapan kegiatan pengabdian diawali dengan rapat internal secara daring antara tim pengusul di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara untuk membahas topik kegiatan pengabdian yang akan dilaksanakan. Setelah disepakati bersama, tim pengusul menyusun dan proposal diajukan ke Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) UNTAR melalui surat elektronik (Surel) untuk mendapatkan hibah internal kegiatan pengabdian yang diusulkan.

Tim pengusul selanjutnya menghubungi koordinator kader Kelurahan Tomang melalui salah satu perangkat media sosial, “Whatsapp” untuk menyampaikan rencana kegiatan pengabdian dan untuk mendapatkan ijin dan persetujuan kegiatan dari pihak Kelurahan Tomang, Jakarta Barat. Setelah mendapat persetujuan, tim pengusul kemudian melakukan rapat kembali guna mempersiapkan materi-materi, sambil berkoordinasi dengan kader dari Kelurahan Tomang.

Dikarenakan kondisi pandemi COVID-19 yang masih tinggi di wilayah propinsi DKI Jakarta dan DKI Jakarta masih menerapkan peraturan Gubernur DKI Jakarta mengenai pembatasan sosial berskala besar (PSBB) transisi, maka diputuskan kegiatan pengabdian akan dilakukan secara daring dengan menggunakan aplikasi “Zoom”. Dalam rapat juga diputuskan bahwa kegiatan pengabdian akan dilaksanakan pada minggu ke-3 bulan Desember 2020.

Hasil rapat kemudian disampaikan kembali kepada koordinator kader Kelurahan, dan disepakati bahwa kegiatan akan dilakukan pada hari Selasa, 15 Desember 2020 secara daring dengan menggunakan aplikasi “Zoom.” Tim pengusul selanjutnya menyiapkan tautan untuk diberikan kepada koordinator kader Kelurahan.

### **4.3.2 Mekanisme Kegiatan Pengabdian**

Pada hari pelaksanaan kegiatan, ruang pertemuan mulai dibuka pada jam 07.45 pagi. Peserta kemudian mulai memasuki ruangan satu per satu. Setelah jumlah peserta yang hadir sesuai dengan jumlah undangan yang disebarkan oleh koordinator kader, pembawa acara kemudian membuka acara kegiatan.

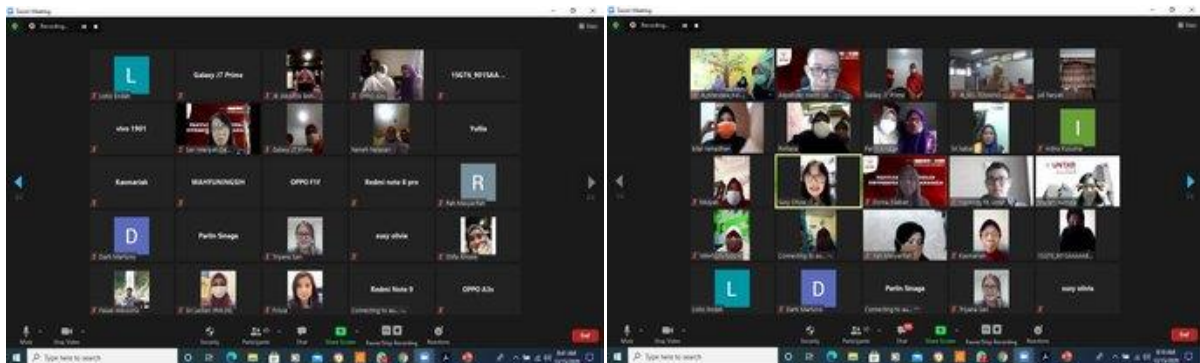
Acara dibuka dahulu dengan menyampaikan selamat datang kepada para peserta oleh pembawa acara. Berikutnya acara dilanjutkan dengan pemberian kata sambutan oleh Lurah Kelurahan Tomang, Jakarta Barat, Ibu Dra. Dwi Kurniasih. Kemudian dilanjutkan

kata sambutan dimintakan kepada Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, DR. dr. Meilani Kumala, MS, Sp.GK(K).

Setelah kata sambutan, acara langsung masuk ke acara inti yaitu pemaparan materi pelatihan. Para peserta diminta untuk mengisi daftar kehadiran secara daring menggunakan “google form” dan sekaligus diminta untuk mengisi kuesioner (*pre-test*).

Pemaparan materi dilakukan oleh dua narasumber, dr. Alexander Halim Santoso, M.Gizi yang memaparkan pelatihan pengukuran tekanan darah, dan dr. Sari Mariyati Dewi, M.Biomed yang memaparkan mengenai pelatihan pengukuran denyut nadi, frekuensi napas dan pengukuran suhu tubuh. Pemaparan materi berlangsung kurang lebih 60 menit. Setelah pemaparan, dilakukan sesi diskusi.

Acara selanjutnya adalah pengisian kuesioner (*post-test*), dan sebelum acara ditutup, dilakukan penyerahan alat bantu pengukur tekanan darah secara virtual, dan foto bersama dengan peserta.



#### 4.3.3 Hasil Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian dihadiri oleh 38 kader dari Kelurahan Tomang Jakarta Barat dan juga dihadiri oleh perwakilan dari karang taruna dan perwakilan dari posyandu Kelurahan. Selama pelaksanaan kegiatan, ditemukan beberapa peserta tidak dapat menyalakan kamera pada perangkatnya dikarenakan koneksi jaringan yang kurang memadai.

Dari hasil *pre-test* yang diikuti oleh 31 peserta dan *post-test* yang diikuti oleh 21 peserta, didapatkan hasil seperti tercantum pada tabel 4.2. Berkurangnya jumlah peserta yang mengisi kuesioner kemungkinan disebabkan faktor koneksi jaringan, dimana sejumlah peserta dari awal sudah menginformasikan adanya kendala dengan jaringan yang menyebabkan peserta tidak dapat menghidupkan kamera pada perangkat yang digunakan, dan juga peserta terputus dari koneksi jaringan dan harus masuk kembali.



Berdasarkan hasil yang didapatkan, dapat disimpulkan adanya peningkatan *trend* pengetahuan dari para kader terhadap pengukuran tanda-tanda vital. Akan tetapi, tim pengusul merasakan masih diperlukan tindak lanjut terhadap kegiatan ini dalam bentuk pelatihan secara luring, dimana para peserta dapat secara langsung mempraktikkan materi yang didapatkan pada pelatihan.

**Tabel 4.2 Gambaran Hasil *Pre* dan *Post-test***

No	Pertanyaan	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
		Yang menjawab benar	%	Yang menjawab benar	%
1.	Apakah hipertensi termasuk penyakit tidak menular?	25	80,6	19	90,5
2.	Ada berapakah pemeriksaan tanda-tanda vital tubuh?	12	38,7	13	61,9
3.	Manakah berikut ini syarat pengukuran tekanan darah yang benar?	31	100	21	100
4.	Pemeriksaan tekanan darah mencakup apa saja?	28	90,3	19	90,5
5.	Dimanakah tempat pemasangan manset yang paling baik untuk pengukuran tekanan darah?	31	100	20	95,2
6.	Berapakah rentang tekanan darah yang normal pada orang dewasa?	27	87,1	16	76,2
7.	Bagaimanakah cara pemeriksaan denyut nadi yang benar?	22	71	20	95,2
8.	Berapakah lama pemeriksaan denyut nadi dilakukan?	8	25,8	7	33,3
9.	Berapakah rentang frekuensi denyut nadi yang normal pada orang dewasa?	13	41,9	9	42,9
10.	Berapakah lama pemeriksaan frekuensi napas dilakukan pada orang dewasa?	20	64,5	7	33,3
11.	Berapakah frekuensi napas yang normal pada orang dewasa?	18	58,1	13	61,9
12.	Berapakah rentang suhu normal pada orang dewasa?	19	61,3	12	57,1

## BAB 5

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **5.1 Kesimpulan**

Kegiatan Pengabdian “Pencegahan Hipertensi melalui Peningkatan Partisipasi Masyarakat Kelurahan Tomang Jakarta Barat” dalam bentuk daring dapat dilaksanakan dengan baik. Kegiatan ini diikuti oleh para kader, perwakilan karang taruna, dan perwakilan dari posyandu Kelurahan Tomang Jakarta Barat.

### **5.2 Saran**

Diperlukan tindak lanjut terhadap hasil pencapaian yang didapatkan dari kegiatan ini dengan mengadakan kegiatan pengabdian kembali secara luring, sehingga para peserta dapat langsung berlatih mempraktikkan ilmu yang didapatkan dari kegiatan ini.

## **DOKUMENTASI KEGIATAN**


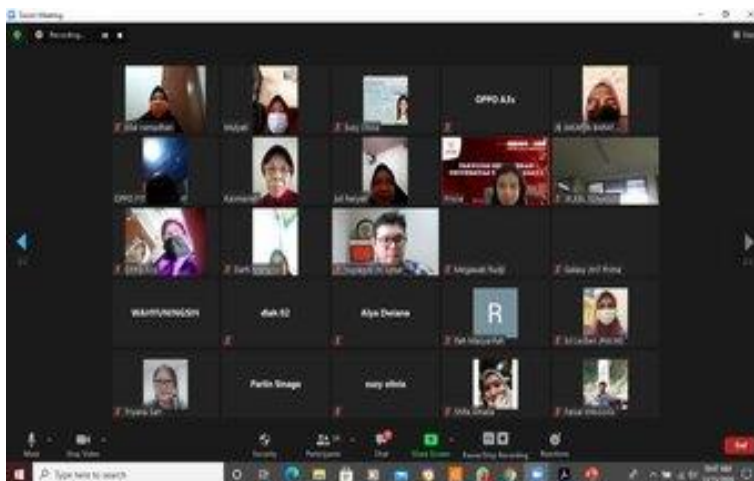
Pemeriksaan denyut nadi

- Letakkan lengan di atas permukaan yang rata, keras.
- Lengan yang akan digunakan diletakkan setinggi jantung.
- Menempelkan 2 atau 3 jari (jari telunjuk, jari tengah, jari manis) pada pergelangan tangan sebelah luar (meraba denyut nadi pembuluh darah Radialis)
- Pengukuran dilakukan selama 1 menit penuh.
- Yang diukur: frekuensi nadi dan irama nadi (teratur/tidak teratur, keras/lemah)



<http://wanalmsukhoti.blogspot.com/2016/07/pemeriksaan-denyut-nadi.html>

UNTAR Universitas Teknologi Arah Indonesia

**DAFTAR PUSTAKA**

Berthold, T., Miller, J. & Esparza, A.A., 2009. *Fondation For Community Health Workers*, United States of America: Jossey-Bass.

Glanz, K., Rimer, B.K. & Vismanath, K., 2008. *Health Behavior and Health Education Theory, Reserach and Practice Fourth Edition*, San Francisco

WHO, 2013. *A Global Brief on Hypertension*, Switzerland. Diunduh tanggal 16 September 2020.

[https://www.who.int/cardiovascular\\_diseases/publications/global\\_brief\\_hypertension/en/](https://www.who.int/cardiovascular_diseases/publications/global_brief_hypertension/en/)

Itoh H. 2020 A new normal for hypertension medicine with coronavirus disease-2019 (COVID-19): proposal from president of Japanese Society of Hypertension. *Hypertension Res.* doi: 10.1038/s41440-020-0497-y. [[PMC free article](#)] [[PubMed](#)] [[CrossRef](#)] [[Google Scholar](#)]

Hall G, Laddu DR, Phillips SA, Lavie CJ, Arena R. 2020 A tale of two pandemics: how will COVID-19 and global trends in physical inactivity and sedentary behavior affect one another? *Prog Cardiovasc Dis.* doi: 10.1016/j.pcad.2020.04.005. [[PMC free article](#)] [[PubMed](#)] [[CrossRef](#)] [[Google Scholar](#)]

Escardio. 2020 High blood pressure linked to increased risk of dying from COVID-19 <https://www.escardio.org/The-ESC/Press-Office/Press-releases/High-blood-pressure-linked-to-increased-risk-of-dying-from-COVID-19>

Snelling, A., 2014. *Introduction To Health Promotion*, San Francisco: Jossey-Bass