



Pemberian Edukasi Ibu dengan Hipertensi Terhadap Penggunaan Kontrasepsi di Kampung Cibodas RW 01

Intan Karlina^{1*}, Indah Mutiara¹, Rania Azzahra Khoirotul Ghina¹, Nita Nurcahyani¹, Regita Meisa Cahyani¹, Anisa Nurul Hidayah¹, Dea Aulaena Eka Putri¹, Laras Kusuma Putri¹, Fuziana Setiawati¹, Nazwari Sabrina Munajat¹

¹ Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kebidanan, Institut Kesehatan Rajawali, Bandung, Jawa Barat, Indonesia

*E-mail: intankarlina@rajawali.ac.id

Received: 8 Januari 2025

Accepted: 20 Januari 2025

Published: 5 Februari 2025

Abstract

Hypertension, defined as a systolic blood pressure of ≥ 130 mmHg or a diastolic blood pressure of ≥ 80 mmHg, is a global health issue that continues to rise. In Kampung Cibodas RW 01, hypertensive mothers often receive ineffective education regarding contraceptive use from community health workers and midwives at the local health post. This may lead to the selection of contraceptive methods that are not suitable for their health conditions. This community service initiative aims to enhance the understanding of hypertensive mothers regarding the safe use of contraception. The methods employed in this program include lectures and interactive discussions, involving 20 participants with a history of hypertension. Evaluations were conducted using pre-tests and post-tests to assess changes in participants' understanding. The evaluation results indicated that prior to the counseling session, 55% of participants had a poor understanding of safe contraception for hypertensive patients. After the session, there was a significant improvement, with 70% of participants falling into the good understanding category. This demonstrates that the applied counseling method effectively enhanced mothers' knowledge about the risks and benefits of using contraception suitable for their health conditions. In conclusion, this counseling activity contributed to improving hypertensive mothers' understanding of safe contraception. Therefore, it is recommended that similar educational programs be continuously implemented to raise awareness and knowledge among mothers in Kampung Cibodas about reproductive health and the appropriate use of contraception based on their medical conditions.

Keywords: Hypertension, Family Planning, Health Counseling.

Abstrak

Hipertensi, yang didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik ≥ 130 mmHg atau diastolik ≥ 80 mmHg, merupakan masalah kesehatan global yang terus meningkat. Di Kampung Cibodas RW 01, ibu-ibu dengan hipertensi sering kali mendapatkan edukasi yang kurang efektif mengenai penggunaan kontrasepsi dari kader dan bidan di posyandu. Hal ini dapat berdampak pada pemilihan kontrasepsi yang kurang sesuai dengan kondisi kesehatan mereka. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu-ibu dengan hipertensi mengenai penggunaan kontrasepsi yang aman. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah dan diskusi interaktif, yang melibatkan 20 peserta dengan riwayat hipertensi. Evaluasi dilakukan dengan menggunakan pre-test dan post-test untuk menilai perubahan pemahaman peserta. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebelum penyuluhan, 55% peserta memiliki pemahaman yang kurang mengenai kontrasepsi yang aman bagi penderita hipertensi. Setelah penyuluhan, terjadi peningkatan pemahaman secara signifikan, dengan 70% peserta masuk dalam kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa metode penyuluhan yang diterapkan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu-ibu mengenai risiko dan manfaat penggunaan kontrasepsi yang sesuai dengan kondisi kesehatan mereka. Kesimpulannya, kegiatan penyuluhan ini berkontribusi dalam meningkatkan pemahaman ibu-ibu dengan hipertensi mengenai kontrasepsi yang aman. Oleh karena itu, disarankan agar program edukasi serupa dapat terus dilakukan secara berkelanjutan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu-ibu di Kampung Cibodas tentang kesehatan reproduksi dan penggunaan kontrasepsi yang sesuai dengan kondisi medis mereka.

Kata Kunci: Hipertensi, Keluarga Berencana, Penyuluhan Kesehatan.

A. PENDAHULUAN

Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik ≥ 130 mmHg atau diastolik ≥ 80 mmHg. Ini adalah penurunan dari batas sebelumnya yang ditetapkan pada 140/90 mmHg (Arguedas, Leiva, & Wright, 2020; Gabb, 2020; Fujishima, Kodama, & Tsuchihashi, 2020; Pallarés-Carratalá, et al., 2023; Whelton, et al., 2022). Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, (2018) hipertensi dapat dibagi menjadi faktor risiko yang tidak dapat diubah seperti umur, jenis kelamin, keturunan (genetik), dan faktor risiko yang dapat diubah seperti kegemukan (obesitas), merokok, aktivitas fisik yang kurang, konsumsi garam dan alkohol yang berlebihan, dan stress. Beberapa penelitian sebelumnya memiliki perbedaan faktor risiko yang ditemukan. Oleh karena itu, faktor risiko hipertensi yang dapat diidentifikasi meliputi; usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, penghasilan, obesitas, obesitas sentral, merokok, konsumsi alkohol, aktivitas fisik, pola makan (konsumsi buah, sayur, makanan berlemak, garam berlebih dan kopi), stres, riwayat keluarga hipertensi, riwayat diabetes, riwayat kolesterol.

Prevalensi hipertensi menurut Data (WHO) menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1.5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2019 di Wilayah Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 27% sedangkan Wilayah di Amerika memiliki prevalensi hipertensi terendah 18% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia 18 tahun di Indonesia didapatkan 658.201 penderita terdiagnosis hipertensi, angka tertinggi terjadi di Provinsi Jawa Barat dengan 131.153 penderita dan angka terendah berada di Provinsi Kalimantan Utara dengan 1.675 penderita (Wulandari, Sari, & Ludiana, 2023).

Berdasarkan riset data yang diambil pada saat penyuluhan kesehatan dari Posyandu setempat, menyatakan bahwa di Kampung Cibodas RW 01 Kecamatan Lembang, Kabupaten Bandung Barat terdapat 30 wanita dengan hipertensi, 12 diantaranya adalah wanita yang sedang menjalani program Keluarga Berencana (KB). Risiko tinggi jika ibu yang memiliki hipertensi salah dalam memilih kontrasepsi kemudian hamil kembali maka dapat membahayakan kesehatan ibu dan janin. Sepanjang tahun 2024 ibu dengan hipertensi ini hanya mendapatkan edukasi dari kader dan bidan posyandu. Namun ibu yang memiliki hipertensi tersebut terkesan mengabaikan terhadap edukasi yang diberikan oleh bidan, ibu yang memiliki hipertensi hanya mendapatkan edukasi pada saat posyandu dan pemberian edukasi tersebut kurang efektif dikarenakan pemberian edukasi KB dilakukan pada akhir sesi posyandu. Olatunji dan Saldo, (2012) menyatakan bahwa kekhawatiran utama pemakaian metode kontrasepsi hormonal adalah peningkatan risiko penyakit sistem kardiovaskuler, terutama keluhan kesehatan terhadap obesitas dan hipertensi. Penggunaan kontrasepsi yang mengandung hormon estrogen dan progesteron dapat menyebabkan terjadinya peningkatan tekanan darah, karena terjadinya hipertropi jantung dan peningkatan respon presor angiotensin II dengan melibatkan jalur renin angiotensin system (Inayah, Utami, & Haniyah, 2021).

Berdasarkan permasalahan yang ada, maka tim pengabdian melakukan kegiatan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat sebagai suatu solusi permasalahan yang dihadapi Kampung Cibodas RW 01, tujuan penyuluhan ini untuk memberikan edukasi yang komprehensif mengenai pemilihan metode kontrasepsi yang paling sesuai bagi wanita yang memiliki kondisi hipertensi, penting untuk mempertimbangkan berbagai faktor kesehatan dan kebutuhan individu. Edukasi ini meningkatkan pemahaman tentang jenis-jenis alat kontrasepsi yang tersedia, efek samping yang mungkin timbul, serta bagaimana setiap metode dapat mempengaruhi kondisi kesehatan yang sudah ada. Dengan demikian, diharapkan wanita dengan hipertensi dapat membuat keputusan yang lebih baik dan lebih terinformasi mengenai pilihan kontrasepsi yang aman dan efektif.

B. METODE DAN PELAKSANAAN

Kegiatan ini terdiri dari 3 tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Beberapa kegiatan dilakukan pada tahap persiapan diantaranya, 1) Membuat leaflet dan brosur tentang kontrasepsi untuk ibu hipertensi, 2) Menyiapkan daftar hadir, 3) Menyiapkan instrumen pengukuran

pengetahuan berupa kuesioner. Kegiatan yang dilakukan pada tahap pelaksanaan diantaranya, 1) Pretest tentang kontrasepsi untuk ibu hipertensi, 2) Penyuluhan mengenai penggunaan kontrasepsi terhadap ibu dengan hipertensi, 3) Diskusi dan tanya jawab, 4) Posttest. Tahap terakhir pada kegiatan ini yaitu evaluasi. Materi yang diberikan saat penyuluhan pengertian kontrasepsi, jenis kontrasepsi, keuntungan dan keterbatasan kontrasepsi. Tahap ini dilakukan melalui pretest dan posttest menggunakan kuesioner pengetahuan yang dibuat oleh tim pengabdian. Kegiatan pengabdian masyarakat diawali dengan survei pendahuluan untuk mengetahui kebutuhan sasaran, selanjutnya tim pengabdian melakukan proses perizinan dan persiapan kegiatan yang meliputi persiapan tempat, alat, dan bahan. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan berupa kegiatan penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah dan tanya jawab. Sasaran dalam kegiatan ini adalah wanita usia subur (WUS) yang memiliki riwayat hipertensi di Kampung Cibodas RW 01, Desa Cikahuripan, Kabupaten Bandung Barat.

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari senin, 25 November 2024 dan Sabtu, 30 November 2024 bertempat di Posyandu Flamboyan RW 01, Kampung Cibodas, Desa Cikahuripan, Kabupaten Bandung Barat. Anggota tim pengabdian pada kegiatan ini yaitu dosen dan mahasiswa program studi sarjana kebidanan, Institut Kesehatan Rajawali. Peserta kegiatan ini yaitu ibu-ibu yang memiliki riwayat hipertensi, yaitu sebanyak 20 orang. Jarak lokasi kegiatan dengan institut Kesehatan Rajawali sekitar 9,5 km.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil Analisis *Pre-test* dan *Post-test*

Variabel	N	%
<i>Pre-test</i>		
Baik	9	45,0
Kurang	11	55,0
<i>Post-test</i>		
Baik	14	70,0
Kurang	6	30,0
Total	20	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa hasil analisis *pre-test* yang dilakukan sebelum sesi penyuluhan menunjukkan bahwa dari total 20 responden yang berpartisipasi, sebanyak 11 orang atau 55% berada dalam kategori kurang dalam pengetahuan alat kontrasepsi. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta masih memiliki keterbatasan dalam pengetahuan mengenai penggunaan kontrasepsi yang aman, terutama bagi mereka yang menderita hipertensi. Di sisi lain, sisanya, yaitu 9 orang atau 45%, telah menunjukkan pemahaman yang baik.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan Hari ke-1

Tim pengabdian melaksanakan edukasi untuk Wanita Usia Subur (WUS) melalui presentasi materi yang disajikan secara sederhana dalam durasi dua jam. Untuk mendukung pembelajaran, peserta mendapatkan materi cetak berupa leaflet pada pertemuan pertama dan brosur pada pertemuan kedua yang dapat dipelajari kembali di rumah. Dalam penyampaiannya, materi dijelaskan dengan singkat dan mudah dipahami, disertai demonstrasi berbagai alat kontrasepsi

untuk menarik perhatian peserta. Tingkat pemahaman peserta kemudian diukur melalui evaluasi post-test di akhir pertemuan kedua.



Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan Hari ke-2

Setelah pelaksanaan sesi edukasi yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman peserta mengenai hipertensi dan kontrasepsi, evaluasi dilakukan kembali melalui post-test. Hasil dari post-test menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pemahaman peserta. Dari 20 responden, sebanyak 14 orang atau 70% kini berhasil berada dalam kategori baik, yang menunjukkan bahwa mereka telah memahami informasi yang disampaikan dengan lebih baik. Sementara itu, 6 responden atau 30% masih berada dalam kategori kurang.

Peningkatan ini mencerminkan efektivitas dari penyuluhan yang telah dilakukan, yang tidak hanya berhasil memberikan informasi, tetapi juga mengubah cara pandang peserta terhadap pentingnya penggunaan kontrasepsi yang tepat dan aman. Kegiatan ini menegaskan betapa pentingnya edukasi berkelanjutan untuk memastikan bahwa semua peserta, terutama yang berada dalam kategori kurang, mendapatkan dukungan dan informasi yang dibutuhkan untuk membuat keputusan yang lebih baik mengenai kesehatan reproduksi mereka.

Tujuan utama dari edukasi kesehatan adalah adanya perubahan perilaku. Salah satu upaya untuk mengantarkan ke tujuan utama tersebut adalah pemberian edukasi mengarahkan sasaran pada mimpi, harapan atau kekhawatiran, dan menawarkan manfaat-manfaat atau risiko jangka pendek dari suatu kejadian. Sasaran edukasi diantar ke gerbang perubahan perilaku, yaitu adanya tekad yang kuat, agar edukasi dan informasi dapat dipahami dan disetujuinya sampai dengan proses tindak lanjut, yaitu perubahan perilaku (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

KESIMPULAN

Kesimpulannya, kegiatan penyuluhan ini berkontribusi dalam meningkatkan pemahaman ibu-ibu dengan hipertensi mengenai kontrasepsi yang aman. Oleh karena itu, disarankan agar program edukasi serupa dapat terus dilakukan secara berkelanjutan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu-ibu di Kampung Cibodas tentang kesehatan reproduksi dan penggunaan kontrasepsi yang sesuai dengan kondisi medis mereka.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyadari bahwa dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini tidak lepas dari bantuan beberapa pihak yaitu ibu-ibu RW 01 Kampung Cibodas, serta Pengelola Posyandu Flamboyan RW 01 Kampung Cibodas, Kelurahan Cikahuripan dan Institut Kesehatan Rajawali.

DAFTAR PUSTAKA

Arguedas, J. A., Leiva, V., & Wright, J. M. (2020). Blood pressure targets in adults with hypertension. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, (12). <https://doi.org/10.1002/14651858.CD004349.pub3>

Karlina, I., Mutiara, I., Ghina, R.A.K., Nurcahyani, N., Cahyani, R.M., Hidayah, A.N., Putri, D.A.E., Putri, L.K., Setiawati, F., & Munajat, N.S. (2025). Pemberian Edukasi Ibu dengan Hipertensi Terhadap Penggunaan Kontrasepsi di Kampung Cibodas RW 01. *Ahmar Metakarya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4 (2), 153-157.

- Fujishima, S., Kodama, S., & Tsuchihashi, T. (2020). Achievement rate of blood pressure < 140/90 mmHg and < 130/80 mmHg in subjects with hypertension; findings from a Japanese health checkup in 2017. *Clinical and Experimental Hypertension*, 42(7), 648-655. <https://doi.org/10.1080/10641963.2020.1764017>
- Gabb G. (2020). What is hypertension?. *Australian prescriber*, 43(4), 108–109. <https://doi.org/10.18773/austprescr.2020.025>
- Inayah, M., Utami, T., & Haniyah, S. (2021). Literatur Review: Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Dengan Tekanan Darah. *Jurnal Sains Kebidanan*, 3(1), 1-5. <https://doi.org/10.31983/jsk.v3i1.6922>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Faktor Risiko Hipertensi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Retrieved from: <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/faktor-risiko-hipertensi>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Retrieved from: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20190517/5130282/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *E-Modul Pembelajaran Komunikasi Antar Pribadi (KAP)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Olatunji L.A dan Saldove A.O. (2012). *Effects of Oral Contraceptive use on body mass index and blood pressure among female villagers in North-East Thailand*. Cambridge University Press Printed in the United Kingdom.
- Pallarés-Carratalá, V., Ruiz-García, A., Serrano-Cumplido, A., Arranz-Martínez, E., División-Garrote, J. A., Moyá-Amengual, A., ... & Barrios, V. (2023). Prevalence rates of arterial hypertension according to the threshold criteria of 140/90 or 130/80 mmhg and associated cardiometabolic and renal factors: SIMETAP-HTN study. *Medicina*, 59(10), 1846. <https://doi.org/10.3390/medicina59101846>
- Whelton, P. K., Carey, R. M., Mancía, G., Kreutz, R., Bundy, J. D., & Williams, B. (2022). Harmonization of the American College of Cardiology/American Heart Association and European Society of Cardiology/European Society of Hypertension blood pressure/hypertension guidelines: comparisons, reflections, and recommendations. *European heart journal*, 43(35), 3302-3311. <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehac432>
- Wulandari, A., Sari, S. A., & Ludiana, L. (2023). Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di RSUD jendral Ahmad Yani Kota Metro tahun 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(2), 163-171. Retrieved from: <https://www.jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/453>