

Gerakan Masyarakat Peduli Hipertensi Dan Sampah Untuk Membangun Desa Dalam Rangka Pencapaian SDGs Di Desa Tanah Harapan Dusun I

Hardianti^{a*}, Dinda Alfiana^b, Elin Chandra^b, Nuristha Febrianti^a, Mirnawati^b

^aProgram Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Universitas Widya Nusantara, Indonesia

^bProgram Studi Keperawatan, Fakultas Kesehatan Universitas Widya Nusantara, Indonesia

Abstract

SDGs Desa menjadi acuan utama pembangunan jangka menengah desa seluruh Indonesia. Dalam pencapaiannya perlu memerhatikan banyak aspek seperti kesehatan dan sanitasi masyarakat. Tujuan Penelitian ini masyarakat bisa mengalami perubahan positif yang berkelanjutan dan memberikan manfaat yang nyata bagi kesejahteraan masyarakatnya terutama dalam aspek kesehatan. Metode Penelitian yang digunakan yaitu pendidikan kesehatan masyarakat. Hasil Penelitian didapatkan bahwa sebelum dilakukan edukasi didapatkan *pre-test* ada 17 warga yang pengetahuan baik (81%), ada 3 warga yang pengetahuan cukup (14%), dan ada 1 warga yang pengetahuan kurang (5%). Tingkat pengetahuan masyarakat dari *post-test* setelah di berikan penyuluhan terkait masalah diperoleh hasil dari 21 warga terdapat 19 warga yang tingkat pengetahuan baik yaitu 90%, dan 2 warga yang tingkat pengetahuannya cukup yaitu 10%. Kesimpulan Penelitian berdasarkan hasil program kerja yang dilaksanakan memiliki keberhasilan dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam bentuk penyuluhan atau edukasi kesehatan tentang penyakit hipertensi dan pengolahan sampah.

Keywords: hipertensi; pengolahan sampah; SDGs.

1. Pendahuluan

SDGs Desa merupakan upaya komprehensif untuk mewujudkan pembangunan Desa, yang manfaatnya harus dirasakan oleh seluruh masyarakat desa tanpa terkecuali. SDGs desa merujuk pada Permendes No. 13 tahun 2020, yang memiliki 18 tujuan dan sasaran pembangunan berkelanjutan, yaitu desa tanpa kemiskinan, desa tanpa kelaparan, desa sehat dan sejahtera, pendidikan desa berkualitas, desa berkesetaraan gender, desa layak air bersih dan sanitasi, desa yang berenergi bersih dan terbarukan, pekerjaan dan pertumbuhan ekonomi desa, inovasi dan infrastruktur desa, desa tanpa kesenjangan, kawasan pemukiman desa berkelanjutan, konsumsi dan produksi desa yang sadar lingkungan, pengendalian dan perubahan iklim oleh desa, ekosistem laut desa, ekosistem daratan desa, desa damai dan berkeadilan, kemitraan untuk pembangunan desa, dan kelembagaan desa dinamis dan budaya desa adaptif (Husain et al., 2022; Irawan & Sari, 2022).

SDGs Desa menjadi acuan utama pembangunan jangka menengah desa seluruh Indonesia. SDGs sangat teruji memudahkan dalam pengukuran pembangunan yang menyeluruh terhadap ragam aspek kehidupan warga dan lingkungannya. Karena itu, penyederhanaan SDGs sebagai SDGs Desa membuat arah pembangunan desa menjadi jelas dan terinci dalam pencapaian tujuan- tujuan yang holistik sehingga pemerintah desa dapat mendayagunakan potensi sumber daya yang dimiliki (Nurjiawan et al., 2023).

Desa Tanah Harapan dusun I berada di Kecamatan Palolo, Kabupaten Sigi, dengan luas wilayah 5.196,02 (km²). Desa Tanah Harapan terdiri dari Suku Seko dan Suku Toraja, mayoritas didesa Tanah Harapan adalah Suku Seko dan desa tanah harapan terbagi menjadi 2 dusun, yaitu Dusun I dan dusun 2. Dusun I terdiri dari RT 1, RT 2, dan RT 3 yang berjumlah 109 KK dan dusun II terdiri dari RT 4, RT 5, RT 6 dan RT 7 yang berjumlah 150 KK.

* Corresponding author:

E-mail address: hardianti.ding@gmail.com

Berdasarkan hasil pengambilan data awal oleh tim pengabdian di desa Tanah Harapan dusun 1, ditemukan tingginya kasus hipertensi dan sanitasi lingkungan yang kurang bersih berkaitan dengan kurangnya pengetahuan terkait pengolahan sampah yang benar.

Hipertensi atau tekanan darah adalah suatu keadaan kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah. Penyakit hipertensi dapat menyebabkan kematian secara tiba-tiba, oleh sebab itu hipertensi dijuluki *silent killer* atau pembunuh diam-diam yang dapat menyerang siapa saja serta tidak memiliki tanda atau gejala yang spesifik. Berdasarkan beberapa penelitian, orang yang menderita hipertensi memiliki peluang 12 kali lebih besar untuk terkena stroke dan 6 kali lebih besar untuk terkena serangan jantung (Azizah, Hasanah, Pakarti, Dharma, & Metro, 2022).

Selain hipertensi, didapatkan juga beberapa masyarakat masih sering membuang sampah di sungai, dan ada beberapa masyarakat yang memiliki kebiasaan membakar sampah, serta beberapa masyarakat lainnya masih belum memiliki tempat sampah sendiri. Tingginya volume sampah dapat menimbulkan pencemaran apabila daya asimilasi alam tidak mampu lagi mendukungnya. Bila kondisi ini terjadi, permasalahannya pasti berkaitan dengan kesehatan masyarakat karena dari sampah tersebut dapat hidup berbagai organisme penyebab penyakit secara langsung maupun tidak langsung melalui perantara vektor.

Penyakit-penyakit tersebut antara lain diare, *dengue haemorrhagic fever*, dan *typhus abdominalis*. Akibat lain yang ditimbulkan oleh sampah adalah munculnya beberapa masalah lingkungan, antara lain penyumbatan saluran drainase yang mengakibatkan banjir dan genangan air pada beberapa lokasi, tempat berkembang biaknya lalat, nyamuk dan kecoa. Selain dapat menyebabkan penyakit, sampah juga bisa menimbulkan bau tidak sedap (Pratamasyari, 2020).

Peningkatan prevalensi penyakit menjadi ancaman serius karena mengancam pertumbuhan ekonomi nasional. Oleh karena itu perlu dilakukan upaya pencegahan awal atau mencegah meningkatnya hipertensi dimasyarakat dengan cara melakukan edukasi kesehatan atau promosi kesehatan sekaligus dilakukan pemeriksaan kesehatan pada masyarakat.

Menanggapi hal tersebut pentingnya pemeriksaan kesehatan yang rutin untuk mencegah dan mengendalikan hipertensi dan pentingnya pengolahan sampah yang baik dan benar. maka peningkatan kesadaran masyarakat adalah sebagai upaya yang dilakukan untuk mencegah masalah tersebut. Oleh sebab itu, Program Studi Keperawatan dan gizi Universitas Widya Nusantara menyelenggarakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Tanah Harapan dusun I yang berada di Kecamatan Palolo, Kabupaten Sigi yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pencegahan sekaligus pengobatan pada masalah tersebut.

2. Metode

Metode yang digunakan yaitu dalam bentuk pendidikan kesehatan pada masyarakat, dilakukan penyuluhan tentang penyakit hipertensi dan pengolahan sampah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait penyakit hipertensi dan pengolahan sampah. Sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan, dilakukan terlebih dahulu wawancara dan pengisian kuesioner untuk mengetahui pengetahuan masyarakat di Desa Tanah Harapan. Edukasi atau penyuluhan kesehatan tentang penyakit hipertensi dan pengolahan sampah dilakukan dengan cara memaparkan materi menggunakan media elektronik. Pengisian kuesioner kembali dilakukan untuk mengetahui apakah ada peningkatan kesehatan setelah dilakukan pendidikan kesehatan. Selain memaparkan materi penyuluhan kesehatan dilakukan juga pemeriksaan kesehatan dan pemberian jus semangka dan lemon untuk mengobati penyakit hipertensi.

3. Hasil dan Pembahasan

Kesehatan tentang hipertensi dan pengolahan sampah pada masyarakat desa Tanah Harapan yang dilakukan oleh mahasiswa Universitas Widya Nusantara. Kegiatan ini dilakukan pada hari minggu tanggal 25 Agustus 2024. Peserta pengabdian yaitu masyarakat Desa Tanah Harapan, Kecamatan Palolo, Kabupaten Sigi. Terdapat 21 responden, berdasarkan hasil wawancara dan pembagian kuesioner sebelum dilakukan edukasi didapatkan *pre-test* 17 warga yang pengetahuannya baik (81%), 3 warga yang pengetahuannya cukup (14%), dan 1 warga yang pengetahuannya kurang yaitu (5%). Tingkat pengetahuan masyarakat dari *post-test* setelah di berikan penyuluhan terkait masalah di peroleh hasil dari 21 warga terdapat 19 warga yang tingkat pengetahuan baik yaitu 90%, dan 2 warga yang tingkat pengetahuannya cukup yaitu 10%. Berdasarkan hasil tersebut didapatkan perbandingan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan.



Gambar 1. Edukasi atau Penyuluhan Kesehatan dan pemeriksaan kesehatan pada masyarakat Desa Tanah Harapan

Kegiatan pemeriksaan kesehatan pada masyarakat Desa Tanah Harapan dilakukan pada tanggal 25 Agustus 2024 yang dilakukan oleh mahasiswa dan bidan desa setempat yang dihadiri 48 responden yang terbagi atas pemeriksaan tekanan darah, gula darah, asam urat dan kolesterol. Setelah pemeriksaan kesehatan dilakukan karena Angka penderita hipertensi di desa ini cukup tinggi yaitu mencapai 16,3%. Sebagai upaya untuk mengatasi masalah ini dilakukan kegiatan pemberian jus yang terdiri dari campuran semangka dan timun. Kedua bahan ini dipilih karena kandungannya yang bermanfaat bagi kesehatan, khususnya dalam menurunkan tekanan darah. Semangka kaya akan likopen dan potasium, yang membantu menjaga kesehatan jantung dan pembuluh darah. Timun, di sisi lain, memiliki efek diuretik alami yang membantu mengurangi retensi cairan, sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Menurut penelitian Jafar (2020) Konsumsi buah semangka dan mentimun dapat menurunkan tekanan darah. Hal ini karena buah semangka mengandung kalium 112 mg/100 g, kalsium 7 mg/100 g serta magnesium 10 mg/ 100 g sedangkan mentimun memiliki kandungan kalium 147 mg/100 g, kalsium 16 mg/100 g dan magnesium 13 mg/100 g. Dalam penelitian lain juga ditemukan bahwa terdapat pengaruh penurunan tekanan darah pada sampel dalam pengonsumsian jus semangka, dan jus timun (Arianto et al., 2020; Rahmawati & Idealistiana, 2023).



Gambar 2. Pemberian jus semangka dan timun pada masyarakat Desa Tanah Harapan

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata terhadap masyarakat yang dilaksanakan oleh mahasiswa Universitas Widya Nusantara memiliki keberhasilan dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam bentuk penyuluhan kesehatan tentang penyakit hipertensi dan pengolahan sampah yang mungkin nantinya akan dilakukan secara rutin, tingkat keberhasilan terlihat dari para penduduk yang memahami edukasi yang diberikan serta perbandingan pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan kesehatan, setiap penduduk terlihat aktif dan antusias mengikuti penyuluhan kesehatan yang dilaksanakan.

4. Kesimpulan

Dalam mewujudkan dan mencapai SDGs pada desa tanah harapan maka perlu untuk menurunkan angka hipertensi dan meningkatkan sanitasi terkait pengolahan sampah. Hipertensi atau tekanan darah adalah suatu keadaan kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah. Penyakit hipertensi dapat menyebabkan kematian secara tiba-tiba, oleh sebab itu hipertensi dijuluki *silent killer* atau pembunuh diam-diam.

sampah dapat menimbulkan pencemaran apabila daya asimilasi alam tidak mampu lagi mendukungnya. karena dari sampah tersebut dapat hidup berbagai organisme-organisme dapat menyebabkan penyakit secara langsung maupun tidak langsung melalui perantara vektor. Penyakit-penyakit tersebut antara lain diare, *dengue haemorrhagic fever*, dan *typhus abdominalis* dan lain-lain. Berdasarkan hasil program kerja yang dilaksanakan memiliki keberhasilan yang baik dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam bentuk penyuluhan atau edukasi kesehatan tentang penyakit hipertensi dan pengolahan sampah di Desa Tanah Harapan, Kecamatan Palolo, Kecamatan Palolo.

References

- Arianto, A., Purba, R., Ginting, D. S., & Sitio, S. S. (2020). Pemberian Jus Semangka Efektif Dalam Menurunkan Tekanan Darah Tinggi Pada penderita Hipertensi. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 3(1), 22–29.
- Azizah, W., Hasanah, U., Pakarti, A. T., Dharmas, A. K., & Metro, W. (2022). Penerapan Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Cendekia Muda*, 2(4).
- Husain, N., Rohandi, M., Latief, M., Mulyanto, A., Bouty, A. A., & Kadim, A. A. (2022). Pendampingan masyarakat Desa Lakeya dalam Pencapaian SDGs Desa. *Devotion: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Bidang Pendidikan, Sains dan Teknologi*, 1(2), 31–37.
- Irawan, A., & Sari, M. I. (2022). Mewujudkan Desa Sehat Dan Sejahtera di Desa Candijati. *National Multidisciplinary Sciences*, 1(1), 48–52.
- Jafar, N., Anggriani, R., Masyarakat, P. K., Tinggi, S., Kesehatan, I., Masyarakat, F. K., Hasanuddin, U., et al. (2020). Efektivitas Pemberian Jus Campuran (Semangka + Mentimun) Terhadap Penurunan Effect of Mixed Juice (Watermelon + Cucumber) To Decrease in Blood Pressure of Elderly, 11(2), 245–251.
- Nurjiawan, D., Firdaus, M. I., Susanti, E., Fazriyah, Y. N., Shaimin, R. A., Rahayu, O., Rizki, A. M., et al. (2023). Pelaksanaan Kebijakan Sdgs Desa Dalam Mewujudkan Desa Sehat Dan Sejahtera Di Desa Petirhilir (Studi pada Desa Petirhilir, Kecamatan Baregbeg, Kabupaten Ciamis). *Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia*.
- Pratamasyari, D. A. (2020). Pengelolaan Limbah Padat Kota Palu Berdasarkan Biaya Pengelolaan Optimal. *Jurnal Ilmiah Matematika Dan Terapan*, 16(2), 241–251. Fakultas MIPA Universitas Tadulako Palu.
- Rahmawati, M., & Idealistiana, L. (2023). Efektifitas Pemberian Jus Timun (Cucumis Sativus) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Dengan Hipertensi Fase 1. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(4), 1369–1374.