

## EDUKASI DAN DETEKSI DINI HIPERTENSI PADA WANITA MENOPAUSE DI KELURAHAN WALE KOTA BAUBAU

| Diterima: 29 Desember 2024 | Direview: 12 Januari 2025 | Disetujui: 11 Februari 2025 |

**\*Indah Yun Diniaty Rosidi<sup>1</sup>, Wa Ode Sri Wati Lestari<sup>2</sup>, Ika Lestari Salim<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>DIII Kebidanan, Institut Kesehatan dan Teknologi Buton Raya

E-mail: [indahbo73@gmail.com](mailto:indahbo73@gmail.com)

### ABSTRAK

Menopause merupakan kejadian lumrah yang dihadapi oleh wanita, namun menopause mempengaruhi komposisi tubuh seorang wanita dan risiko penyakit kardiovaskuler meningkat seperti hipertensi. Wanita mungkin tidak mengetahui bahwa gejala yang mereka alami berhubungan dengan menopause, atau bahwa ada pilihan konseling dan pengobatan yang dapat membantu meringankan ketidaknyamanan yang dirasakan pada saat menopause. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dengan menggunakan metode action research dengan pendekatan partisipatory action program dengan bentuk pendidikan kesehatan melalui metode ceramah dan tanya jawab dan dirangkaikan dengan pemeriksaan tekanan darah sebagai tindakan awal deteksi dini. Hasil pengabdian yaitu deteksi dini hipertensi pada wanita menopause sebanyak 80% peserta mengalami hipertensi dan adanya pengetahuan yang tinggi pada peserta tentang hipertensi dan menopause yaitu sebanyak 65%.

**Kata kunci:** Wanita, Menopause, Lansia, Hipertensi, Deteksi dini

### ABSTRACT

*Menopause is a common occurrence faced by women, but menopause affects a woman's body composition and increases the risk of cardiovascular diseases such as hypertension. Women may not know that the symptoms they experience are related to menopause, or that there are counseling and treatment options that can help relieve the discomfort felt during menopause. Community service activities are carried out using the action research method with a participatory action program approach in the form of health education through lectures and question and answer methods and combined with blood pressure checks as an initial action for early detection. The results of the service are early detection of hypertension in menopausal women, as many as 80% of participants experience hypertension and there is high knowledge among participants about hypertension and menopause, which is as many as 65%.*

**Keywords:** Women, Menopause, Elderly, Hypertension, Early Detection

### PENDAHULUAN

Menopause merupakan kejadian lumrah yang dihadapi oleh wanita, yaitu ketika kesuburan menurun atau tidak haid (menstruasi) yang mengakibatkan sebagian wanita menimbulkan rasa risau atau cemas dan sebagian lainnya merasakan adanya kepercayaan diri. Bagi wanita, terhentinya menstruasi maka berhenti pula fungsi dari reproduksinya. Menopause selalu dikaitkan dengan wanita usia lanjut, sebab menopause biasanya terjadi rata-rata pada umur 45 – 50 tahun (Sharami et al., 2022). Mengalami menopause merupakan suatu karunia dan merupakan proses penuaan yang sangat alamiah serta normal bagi setiap wanita.

Menopause mengakibatkan beberapa masalah pada wanita yang disebabkan adanya penurunan hormon estrogen, gejala yang ditimbulkan kadang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari para wanita. Hormon estrogen sangat penting bagi wanita, terutama dalam reproduksi selain itu estrogen berfungsi untuk melindungi beberapa sistem pada tubuh yaitu otak, tulang, kulit, jantung dan vagina. Ketika estrogen mengalami penurunan maka akan terjadi penuaan yang cukup mendalam pada sistem tubuh seperti hati dan tulang serta jantung (S.R. El Khoudary, 2017; Sebtalesy, C.Y. ;Mathar, 2019).

Menopause mempengaruhi komposisi tubuh seorang wanita dan risiko penyakit kardiovaskuler meningkat seperti hipertensi. Wanita memiliki keunggulan daripada pria dalam hal penyakit kardiovaskuler, namun hal ini berangsur-angsur akan menghilang seiring dengan adanya penurunan kadar estrogen yang signifikan setelah terjadinya menopause pada wanita. Menopause juga mengakibatkan struktur pendukung panggul melemah, sehingga meningkatkan risiko terjadinya prolaps organ panggul. Hilangnya kepadatan tulang juga merupakan salah satu penyakit yang ditimbulkan akibat menopause (Katanna et al., 2022).

Hipertensi juga dikenal sebagai tekanan darah tinggi, adalah suatu kondisi tekanan darah tinggi yang kronis. Hipertensi seringkali tidak memiliki gejala spesifik namun dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah di arteri. Hasil penelitian yang dilakukan Kusumawaty, et al (2016) menyimpulkan bahwa wanita berusia lanjut memiliki hubungan yang erat dengan risiko hipertensi pascamenopause. Menopause dikaitkan dengan peningkatan tekanan darah akibat berkurangnya kadar hormon estrogen. Hormon ini berperan melindungi pembuluh darah dari kerusakan (Harnani & Axmalia, 2017; Kusumawaty et al., 2018).

Wanita mungkin tidak mengetahui bahwa gejala yang mereka alami berhubungan dengan menopause, atau bahwa ada pilihan konseling dan pengobatan yang dapat membantu meringankan ketidaknyamanan yang dirasakan pada saat menopause. Rata-rata wanita yang mengalami menopause mungkin merasa malu untuk mengungkapkan pengalaman mereka atau meminta bantuan. Wanita menopause membutuhkan akses ke layanan kesehatan yang berkualitas dan komunitas serta sistem informasi yang dapat mendukung mereka. Sayangnya kesasaran dan akses ke informasi serta layanan terkait menopause masih menjadi tantangan terbesar di sebagian negara termasuk di Indonesia. Menopause sering kali tidak dibahas dalam keluarga, komunitas, tempat kerja atau lingkungan (Nurul Qamarya et al., 2023; Widarti, 2023)

## METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dengan menggunakan metode *action research* dengan pendekatan *participatory action program* dengan bentuk pendidikan kesehatan melalui metode ceramah dan tanya jawab dan dirangkaikan dengan pemeriksaan tekanan darah sebagai tindakan awal deteksi dini. Sasaran dalam pengabdian masyarakat ini adalah wanita menopause sebanyak 20 responden yang berada di kelurahan wale, Kota Baubau, Sulawesi Tenggara. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan November 2024.

Prosedur pada pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat terlaksana secara terprogram, yaitu

1. Perencanaan yaitu pengabdian melakukan survey, mengumpulkan masalah dan data sasaran yaitu wanita menopause serta persiapan materi
2. Pelaksanaan dilakukan pada tanggal 30 november 2024 dengan tahapan yaitu dilakukannya pemeriksaan tekanan darah tinggi, kemudian penyuluhan tentang hipertensi dan menopause
3. Evaluasi, pada tahap ini melakukan evaluasi sederhana dengan menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan tentang hipertensi dan menopause, sebelum dan setelah mendapatkan penyuluhan dengan melakukan tanya jawab sederhana pada peserta.

## HASIL, PEMBAHASAN DAN DAMPAK

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Kelurahan Wale, Kota Baubau dengan sasaran wanita menopause. Peserta yang hadir pada kegiatan ini sebanyak 20 wanita menopause, kemudian dilakukan pemeriksaan kesehatan yaitu tekanan darah untuk deteksi dini hipertensi pada wanita menopause dengan hasil pemeriksaan 16 orang dari 20 orang wanita menopause mengalami hipertensi (tekanan darah tinggi), hal ini dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pemeriksaan Tekanan Darah

Tekanan Darah	Frekuensi	%
Tinggi	16	80
Normal	4	20
Rendah	0	0

Setelah dilaksanakan pemeriksaan tekanan darah, dilanjutkan dengan pelaksanaan edukasi kepada wanita menopause dengan materi tentang hipertensi pada menopause. Peserta yang hadir sangat antusias dalam menyimak materi yang diberikan. Pengabdian dalam membawakan

materi mencoba menarik perhatian peserta dengan pembicaraan yang santai dan ramah kepada peserta. Selain itu, pengabdian melakukan sesi tanya jawab dengan peserta terkait materi yang dibawakan tentang hipertensi dan menopause. Kemudian, dilakukan post test untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta tentang hipertensi dan menopause dengan menggunakan kuesioner (tabel 2).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hasil Posttest

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	%
Tinggi	13	65
Rendah	7	35

Berdasarkan tabel 2, setelah dilakukan edukasi terdapat 13 peserta (65%) wanita menopause dengan tingkat pengetahuan yang tinggi sedangkan 7 peserta (35%) wanita menopause lainnya memiliki tingkat pengetahuan rendah. Peningkatan pengetahuan ini terjadi sebab mereka paham dengan materi yang diberikan dan mengerti akan kondisi yang mereka alami sekarang adalah penyakit degeneratif yang timbul diakibatkan dari menopause dan kualitas gaya hidup yang kurang sehat.



Gambar 1 & 2. Pemeriksaan Tekanan Darah

Hasil evaluasi yang dilakukan pada wanita menopause di Kelurahan Wale Kota Baubau menunjukkan masih adanya pengetahuan wanita pada kategori rendah terkait hipertensi dan menopause. Hal ini disebabkan latar belakang pendidikan pada peserta yang masih tergolong

rendah yaitu rata-rata pendidikan terakhir SD. Selain itu, peserta yang hadir merupakan lansia dimana lansia dikaitkan dengan adanya penurunan daya ingat dan hilangnya fungsi intelek lainnya seperti demensia (Fitriyawati & Sri, 2016).

Pada tabel 2 juga menunjukkan bahwa terdapat 65% peserta wanita menopause memiliki tingkat pengetahuan dalam katgori tinggi, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi terhadap peningkatan pengetahuan wanita menopause tentang hipertensi dan menopause. Hal ini sejalan dengan hasil yang dilakukan oleh Nurul, dkk (2023) yaitu adanya peningkatan pengetahuan dan sikap masyarakat dengan pemberian pendidikan kesehatan (Nurul Qamarya et al., 2023). Pengetahuan adalah salah faktor terpenting untuk terbentuknya sebuah tindakan seseorang. Melalui edukasi diharapkan terbentuknya perilaku kesehatan peserta untuk mendukung dan tindakan pencegahan terjadinya hipertensi (Avessina et al., 2018).

## KESIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat merupakan sarana bagi dosen untuk menyalurkan dan mengimplementasikan keilmuan yang dimilikinya sesuai dengan kebutuhan masyarakat. Hasil yang didapatkan pada kegiatan pengabdian ini yaitu telah dilaksanakan tindakan deteksi dini hipertensi pada wanita menopause sebanyak 80% peserta mengalami hipertensi dan adanya pengetahuan yang tinggi pada peserta tentang hipertensi dan menopause yaitu sebanyak 65%. Diharapkan tenaga kesehatan dan pihak puskesmas memberikan perhatian khusus kepada wanita menopause terutama permasalahan penyakit degenarif yang timbul setelah menopause.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Tidak ada dukungan finansial pada pengabdian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Avessina, M. J., Kustari, S. A., & Anisa, Z. (2018). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Komunikasi Penyuluhan. *Abdi Dosen : Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 2(3). <https://doi.org/10.32832/abdidos.v2i3.189>
- Fitriyawati, E., & Sri, L. (2016). Perubahan Gangguan Daya Ingat Dengan Pemberian Terapi Senam Otak Pada Lansia Di Desa Sukoreno Kecamatan Kalisat. *JURNAL KESEHATAN Dr. SOEBANDI Vol. 6 No. 1*, 6(1), 455–461.
- Harnani, Y., & Axmalia, A. (2017). Terapi rendam kaki menggunakan air hangat efektif menurunkan tekanan darah pada lanjut usia. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 3(4), 129–132.
- Katanna, G., Agustina, W., Afiif, A., Program, M., S1, S., Keperawatan, I., Ilmu, D., Stikes, K., & Malang, M. (2022). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN

HIPERTENSI PADA MASA MENOPAUSE DENGAN MENGGUNAKAN STUDI LITERATUR “Factors Affecting the Incidence of Hypertension in Menopause Using Literature Studies.” *Profesional Health Journal*, 4(1), 103–113. <http://jurnal.stikesbanyuwangi.ac.id>

- Kusumawaty, J., Hidayat, N., & Ginanjar, E. (2018). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Intensitas Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lakbok Kabupaten Ciamis. *Jurnal Mutiara Medika*, 16(2), 46–51.
- Nurul Qamarya, Ady Purwoto, Sulistyani Prabu Aji, Hartaty, H., & Maria Kurni Menga. (2023). Pelaksanaan Edukasi Kesehatan Tentang Penyakit Hipertensi. *Abdimas Polsaka*, 13–19. <https://doi.org/10.35816/abdimpolsaka.v2i1.26>
- S.R. El Khoudary, G. (2017). limitations and new insights on endogenous estrogen and follicle stimulating hormone as related to risk of cardiovascular disease in women traversing the menopause: a narrative review. *Maturitas*, 104, 44–53.
- Sebtalesy, C.Y. ;Mathar, I. (2019). *MENOPAUSE : Kesehatan Reproduksi Wanita Usia Lanjut* (1st ed.). Uwais Inspirasi Indonesia.
- Sharami, S. H., Faraji Darkhaneh, R., Ghanami Gashti, N., Mansour-Ghanaei, M., & Bab Eghbal, S. (2022). The association between reproductive history and menopausal symptoms: an evidence from the cross-sectional survey. *BMC Women’s Health*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12905-022-01715-z>
- Widarti, R. (2023). Penerapan Metode Relaksasi Benson Pada Lansia Perempuan Dengan Penyakit Hipertensi Di Panti Jompo ‘Aisyiyah Surakarta. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(2), 116–123.