

## PENINGKATAN KESADARAN MASYARAKAT TENTANG HIPERTENSI DI DESA BOBO

Sabaria Sumarto<sup>1</sup> , Sukmawati Ujabid<sup>2</sup> , Ferista Teapon<sup>3</sup> , Tutik Lestari<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Maluku Utara

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

### ARTICLE INFO

#### **Article history:**

Received :30-04-2025

Revised :-24-05-2025

Accepted: 30-05-2025

**Key words:** Knowledge, Hypertension, Public Awareness

**DOI:** <https://doi.org/10.62335>

### ABSTRACT

*Hypertension is a chronic condition characterized by elevated blood pressure, often called a "silent killer" due to its asymptomatic nature and severe complications. This community service activity aimed to increase knowledge about hypertension among women and elderly in Desa Bobo RT 01, addressing the growing public health concern of hypertension prevalence in Indonesia. The method involved direct educational sessions using posters, PowerPoint presentations, and pre- and post-tests to evaluate participants' understanding. Fifteen respondents participated, showing a significant improvement in hypertension knowledge after the intervention. The average knowledge score increased from 8.67 to 9.53, indicating the effectiveness of the health education in raising awareness about risk factors, prevention, and management of hypertension. This activity highlights the importance of community-based education to promote healthy lifestyles and prevent hypertension-related complications.*

### ABSTRAK

Hipertensi adalah kondisi kronis dengan tekanan darah tinggi yang sering disebut sebagai "silent killer" karena tidak menunjukkan gejala namun berpotensi menimbulkan komplikasi serius. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi pada ibu-ibu dan lansia di Desa Bobo RT 01, mengatasi masalah kesehatan yang semakin meningkat. Metode yang digunakan adalah penyuluhan langsung dengan media poster, presentasi PowerPoint, serta pre-test dan post-test untuk mengukur pemahaman peserta. Sebanyak 15 responden mengikuti

kegiatan ini dan menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan, dengan rata-rata skor meningkat dari 8,67 menjadi 9,53. Hasil ini membuktikan efektivitas penyuluhan dalam meningkatkan kesadaran tentang faktor risiko, pencegahan, dan penanganan hipertensi. Kegiatan ini menegaskan pentingnya edukasi berbasis masyarakat untuk mendorong pola hidup sehat dan mencegah komplikasi hipertensi

## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit Kronis dan Degeneratif lainnya yang menjadi bagian dari masalah kesehatan masyarakat di Indonesia. Hipertensi menjadi salah satu faktor risiko pintu masuk berbagai penyakit Degeneratif antara lain penyakit Jantung Koroner, Stroke dan penyakit Pembuluh Darah lainnya yang berakibat pada tingginya pembiayaan kesehatan dan risiko kematian (Kemenkes, 2023)

Hipertensi adalah keadaan dimana tekanan darah meningkat secara kronis karena jantung memompa darah lebih kuat untuk memenuhi kebutuhan tubuh. Dikatakan sebagai penyakit *silent killer* karena merupakan penyakit yang terkadang tidak menunjukkan gejala namun dapat menimbulkan komplikasi bahkan membahayakan secara tiba-tiba dapat mengakibatkan kematian (Lukito, 2023)

Pengendalian Hipertensi merupakan salah satu hal yang sangat penting dalam pengendalian Penyakit Tidak Menular. Keberhasilan program pengendalian Hipertensi ditentukan oleh adanya kebijakan, strategi, dan komitmen nasional dalam pengendalian penyakit tersebut serta kerjasama dengan berbagai pihak terkait serta didukung oleh sumberdaya yang memadai (Kemenkes, 2023)

Penyakit hipertensi atau tekanan darah tinggi menjadi salah satu masalah penyakit yang umum terjadi di masyarakat. Seringkali, pengidap hipertensi tidak menunjukkan gejala, dan baru diketahui apabila telah terjadi gangguan pada organ seperti gangguan fungsi jantung, stroke, gagal ginjal, bahkan sampai pada kematian (Ichsan et al., 2024). Penderita hipertensi akan terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang meningkat. Diprediksi sekitar 29% warga dunia terkena hipertensi tahun 2025. Presentase penderita hipertensi saat ini paling banyak terdapat di negara berkembang.

Jika tidak mendapatkan penanganan dengan baik dapat menyebabkan terjadinya komplikasi-komplikasi yang serius (Rachman et al., 2021) Hal inilah yang menjadi masalah kesehatan yang semakin mendesak di masyarakat, mengingat jumlah penderita hipertensi yang terus meningkat dari tahun ke tahun, faktor-faktor yang terjadi di masyarakat seperti perubahan gaya hidup, pola makan yang tidak sehat, tingkat stres yang tinggi, dan kurangnya aktivitas fisik menjadi penyebab utama dari peningkatan kasus hipertensi (Mayasari, 2024).

Oleh sebab itu peningkatan pemahaman terkait dengan hipertensi dapat dilakukan salah satunya melalui penyuluhan kesehatan. Tujuannya untuk memberikan pemahaman terkait dengan hipertensi dimulai dari definisi, pencegahan, faktor risiko dan penanganannya sehingga sejak dini setiap orang dapat menjaga

pola hidupnya agar tidak menderita hipertensi. Penyuluhan kesehatan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan perilaku seseorang untuk mau dan bertindak meningkatkan pola hidup sehingga dapat mengontrol tekanan darah dengan baik.

### METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Desa Bobo RT 01 dengan sasaran ibu-ibu dan lansia sebanyak 15 orang. Kegiatan ini berupa penyuluhan tentang hipertensi melalui ceramah dan diskusi tanya jawab. Tahapan program yang dilakukan adalah :

1. Persiapan  
Melakukan survey lokasi, kemudian tim menentukan waktu pelaksanaan dan menyusun materi serta administrasi pendukung lainnya yang digunakan saat kegiatan.
2. Pelaksanaan  
Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa sosialisasi kepada masyarakat, dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab, pengisian kuesioner *pretes* dan *posttes* untuk mengetahui tingkat pemahaman masyarakat tentang kesadaran untuk melakukan upaya pencegahan hipertensi.
3. Evaluasi  
Evaluasi dari hasil kuesioner yang telah diisi oleh peserta terkait dengan materi yang telah disampaikan.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Jumat, 02 Mei 2025 bertempat di salah satu rumah warga RT 01 yang diselenggarakan pukul 15.00 WIT-17.00 WIT. Hasil analisis *pretes* dan *posttes* diketahui adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada ibu-ibu dan lansia. Hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata peserta dapat menjawab pertanyaan dengan benar setelah diberikan penyuluhan (tabel terlampir) :

**Tabel 1. Karakteristik Peserta Kegiatan**

Karakteristik Peserta	N	%
Kategori Umur (Tahun)		
15-24	4	26,7
25-34	5	33,3
35-44	3	20,0
45-54	3	20,0
Jenis Kelamin		
laki-laki	-	-
Perempuan	15	100
Pendidikan		
SD	4	26,7

SMP	1	6,7
SMA	10	66,7
Pekerjaan		
IRT	12	80,0
Petani	3	20,0
Riwayat Hipertensi		
Ya	1	6,7
Tidak	14	93,3

Sumber : Data Primer, Mei 2025

Hasil *pretest* menunjukkan peserta memiliki pengetahuan yang baik tentang hipertensi terlihat dari 10 pertanyaan sebagian besar peserta dapat menjawab dengan benar. Namun, masih ada peserta yang belum tahu bahwa kelebihan berat badan (53,3%) dan kebiasaan merokok (66,7%) dapat menyebabkan resiko hipertensi.

**Tabel 2. Hasil *Pretest* Pengetahuan tentang Hipertensi**

Pertanyaan	Benar		Salah	
	n	%	n	%
Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah tinggi	13	86,7	2	13,3
Tekanan darah normal 120/80 mmHg	13	86,7	2	13,3
Semakin bertambahnya umur, semakin meningkat pula tekanan darah	14	93,3	1	6,7
Darah tinggi merupakan salah satu penyakit awal seseorang menderita stroke	14	93,3	1	6,7
Kelebihan berat badan dapat meningkatkan resiko hipertensi	8	53,3	7	46,7
Pola makan rendah lemak baik untuk mengontrol tekanan darah	11	73,3	4	26,7
Penggunaan gara, berlebih dapat berpengaruh meningkatkan tekanan darah	15	100	-	-
Stress merupakan salah satu penyebab hipertensi	14	93,3	1	6,7
Sakit kepala, mata berkunang-kunang merupakan gejala dari hipertensi	15	100	-	-
Merokok dapat menyebabkan hipertensi	10	66,7	5	33,3

Sumber : Data Primer, Mei 2025

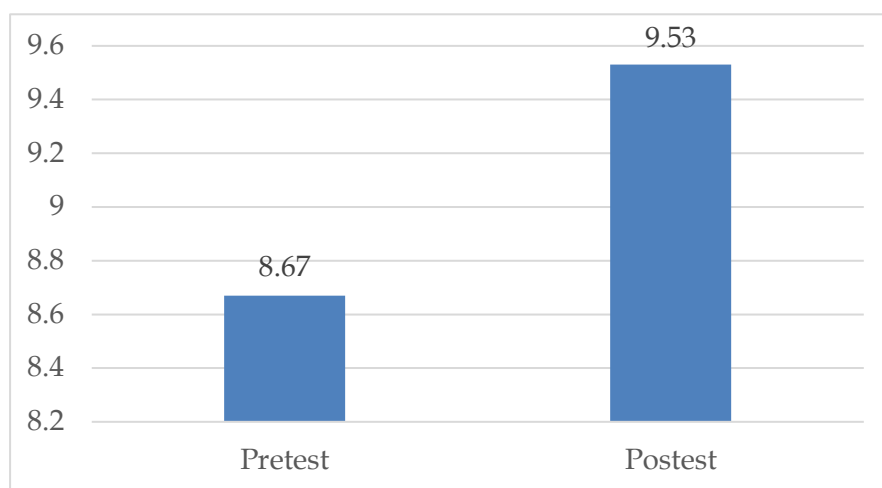
Hasil *posttest* ditemukan adanya peningkatan pengetahuan peserta tentang hipertensi setelah dilakukannya penyuluhan. Dimana sebagian besar peserta menjawab benar pada beberapa pertanyaan. Beberapa pertanyaan seperti pengaruh kelebihan berat badan, makan makanan rendah lemak, dan merokok juga

menunjukkan peningkatan pemahaman responden menjawab benar (93%). Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang diberikan berhasil karena meningkatnya pemahaman peserta tentang hipertensi dan faktor resikonya.

**Tabel 3. Hasil Post-test Pengetahuan tentang Hipertensi**

Pertanyaan	Benar		Salah	
	n	%	n	%
Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah tinggi	15	100	-	-
Tekanan darah normal 120/80 mmHg	15	100	-	-
Semakin bertambahnya umur, semakin meningkat pula tekanan darah	15	100	-	-
Darah tinggi merupakan salah satu penyakit awal seseorang menderita stroke	15	100	-	-
Kelebihan berat badan dapat meningkatkan resiko hipertensi	11	73,3	1	26,7
Pola makan rendah lemak baik untuk mengontrol tekanan darah	14	93,3	4	6,7
Penggunaan gara, berlebih dapat berpengaruh meningkatkan tekanan darah	14	93,3	1	6,7
Stress merupakan salah satu penyebab hipertensi	15	93,3	-	-
Sakit kepala, mata berkunang-kunang merupakan gejala dari hipertensi	15	100	-	-
Merokok dapat menyebabkan hipertensi	15	100	-	-

Sumber : Data Primer, Mei 2025



Grafik Perbandingan Hasil Pretest dan Posttest

Adanya perbedaan hasil pengetahuan peserta sebelum penyuluhan sebesar 8,67 dan sesudah penyuluhan 9,53. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikannya intervensi penyuluhan tentang hipertensi. Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu kegiatan yang bertujuan untuk menyampaikan

informasi, pengetahuan, dan keterampilan terkait kesehatan kepada masyarakat, dengan harapan dapat memahami dan menerapkan perilaku hidup sehat. Komunikasi yang baik dan informasi yang tepat serta akurat merupakan faktor penting terkait penyuluhan kesehatan. sehingga masyarakat mampu mengidentifikasi, mencegah, dan mengatasi masalah kesehatan yang dihadapi. Berbagai topik yang bisa diangkat antara lain, cara mencegah penyakit, gaya hidup sehat dan tips menjaga kesehatan di usia lanjut.

Informasi yang didapatkan dari penyuluhan dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga dapat menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan (Hamzah et al., 2022) (Fuad, 2019). Sasarannya baik pada Masyarakat umum maupun khusus pada kelompok lansia, karena lansia juga merupakan kelompok yang rentan terkena hipertensi (Istichomah, 2020), selain penyuluhan kesehatan agar meningkatkan pemahaman dapat juga dilakukan pemeriksaan cek kesehatan secara gratis yang dilakukan oleh layanan kesehatan bekerjasama dengan beberapa instansi atau Lembaga untuk mengetahui secara dini status kesehatan Masyarakat (Lestari & Al, 2023) Program ini merupakan program rutin yang dilakukan disetiap layanan Kesehatan.



**Gambar 1. penyampaian materi terkait Hipertensi**



**Gambar 2. Peserta Penyuluhan**



**Gambar 3. Pembagian Kuesioner Pre-test**

## **KESIMPULAN**

Kegiatan penyuluhan memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, khususnya ibu-ibu dan lansia terkait faktor risiko, pencegahan, dan penanganan hipertensi. Peningkatan skor pengetahuan pasca-penyuluhan menunjukkan bahwa metode edukatif yang digunakan efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan. Implikasi dari kegiatan ini menegaskan pentingnya edukasi kesehatan secara berkala sebagai strategi preventif di tingkat komunitas.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Fuad, S. (2019). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Perubahan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi DiKota MAnado. *Journal PHWB*, 1(July), 2–229.
- Hamzah, S., Hikma Saleh, S. N., & B, H. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Melalui Metode Penyuluhan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kasih (JPMK)*, 3(2), 7–13. <https://doi.org/10.52841/jpmk.v3i2.234>
- Ichsan, M., Masulili, F., Nurmalisa, B. E., & Collein, I. (2024). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Lentora Implementasi CERDIK dan PATUH sebagai Upaya Pencegahan Hipertensi di Kelurahan Kayamanya Implementation of CERDIK and PATUH as Prevention Efforts Hypertension in Kayamanya Village*. 4(September), 1–10. <https://doi.org/10.33860/jpml.v4i1.3837>
- Istichomah, I. (2020). Penyuluhan Kesehatan Tentang Hipertensi Pada Lansia di Dukuh Turi, Bambanglipuro, Bantul. *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)*, 2(1), 24. <https://doi.org/10.30644/jphi.v2i1.369>
- Kemendes. (2023). Buku Pedoman Hipertensi 2024. *Buku Pedoman Pengendalian Hipertensi Di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama*, 1–71.
- Lestari, Tutik et al. (2023). Khitan Massal dan Pemeriksaan Gravitasi di Desa Balbr Sofifi. *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia (JIPMI)*, 2(3), 56–60. <https://jurnalnew.unimus.ac.id/index.php/jipmi>
- Lukito, A. A. (2023). Panduan Promotif dan Preventif Hipertensi. *Indonesia Society of Hypertension Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia*, 1–88.
- Mayasari, I. G. A. (2024). Strategi Komunikasi Petugas Promosi Kesehatan Dalam Mencegah Hipertensi Di Puskesmas Karang Taliwang. *Jurnal Intelek Dan Cendekiawan Nusantara*, 1(4), 955–964. <https://jicnusantara.com/index.php/jicn>

Rachman, R. A., Noviati, E., & Kurniawan, R. (2021). Efektifitas Edukasi Health Belief Models Dalam Perubahan Perilaku Pasien Hipertensi: Literatur Review. *Healthcare Nursing Journal*, 3(1), 71–80. <https://doi.org/10.35568/healthcare.v3i1.1091>