
	<p><b>JLP : Jurnal Lentera Pengabdian</b>  <b>Volume 03 No 01 Januari 2025</b>  <b>E ISSN:2985-6140</b></p> <p><a href="https://lenteranusa.id/">https://lenteranusa.id/</a></p>	
---	--	---

## **Penyuluhan Terkait Hipertensi Sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Kelurahan Kalijaga Mengenai Hipertensi**

**Fika Nurul Hidayah<sup>1</sup>, Teguh Adiyas Putra<sup>2</sup>, Risa Cahya Kamila<sup>3</sup>, Ismayanti Ismayanti<sup>4</sup>, Indri Afni Enjel Lina<sup>5</sup>**

<sup>1,2,3,4,5</sup>Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Cirebon

E-mail: risakamila@gmail.com

Diterima : 24-02-2025

Direvisi : 22-03-2025

Disetujui : 24-03-2025

Dipublikasikan : 31-03-2025

### **Abstrak**

Hipertensi merupakan penyakit kronik yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah abnormal dan sering disebut sebagai “*silent killer*” karena seringkali tidak menimbulkan gejala hingga komplikasi serius berkembang. Metode yang digunakan yaitu berupa edukasi melalui penyuluhan disertai dengan penyebaran leaflet. Tujuan dari penyuluhan ini untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat di Kelurahan Kalijaga RT 07 terkait penyakit hipertensi. Untuk mengevaluasi tingkat kepatuhan masyarakat sebelum dan setelah penyuluhan menggunakan kuisisioner pre-test dan post-test. Berdasarkan hasil evaluasi, menunjukkan adanya peningkatan signifikan terkait pengetahuan masyarakat tentang hipertensi setelah penyuluhan dilakukan.

**Kata kunci:** Hipertensi, penyuluhan, pengetahuan

### **Abstract**

*Hypertension is a chronic disease characterized by abnormal blood pressure and is often referred to as a "silent killer" because it often does not cause symptoms until serious complications develop. The method used is education through counseling accompanied by leaflet distribution. The purpose of this counseling is to increase public knowledge in Kalijaga Village RT 07 regarding hypertension. To evaluate the level of community compliance before and after counseling using pre-test and post-test questionnaires. Based on the evaluation results, it shows a significant increase in public knowledge about hypertension after counseling was carried out.*

**Keywords:** hypertension, counseling, knowledge

### **PENDAHULUAN**

Hipertensi merupakan suatu penyakit kronik yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah abnormal yang menjadi penyebab timbulnya penyakit kardiovaskuler (Ansar dkk.,2019). Hipertensi merupakan suatu penyakit yang umum, namun akan menjadi serius jika tidak diobati dan sering disebut sebagai “*silent killer*” karena seringkali tidak menimbulkan gejala hingga komplikasi serius berkembang (Siyad, 2011). Tekanan darah yang meningkat berkaitan erat dengan penurunan usia harapan hidup seseorang. Penderita hipertensi sering kali disertai oleh penyakit penyerta atau komorbiditas, seperti peningkatan

risiko penyakit jantung koroner, stroke, serta penyakit organ target lainnya (Fitrianto *et al.*, 2014).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) 2015, sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menderita penyakit hipertensi. Jumlah penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, dan diperkirakan pada tahun 2025 ini akan ada sekitar 1,5 Miliar orang yang menderita hipertensi, serta diperkirakan setiap tahunnya sekitar 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Kemenkes, 2019).

Hipertensi terbagi menjadi 2 yaitu hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Hipertensi primer merupakan keadaan dimana terjadinya kenaikan tekanan darah sistemik secara presisten, sedangkan hipertensi sekunder merupakan keadaan naiknya tekanan darah karena kondisi fisik yang telah ada sebelumnya (Wati *et al.*, 2023).

Hipertensi dapat dikontrol dengan berbagai upaya menjaga gaya hidup. Hal tersebut dapat dicapai jika pengetahuan masyarakat terkait hipertensi itu baik (Mulasari, 2018). Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan penyuluhan. Tujuan dari program penyuluhan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait hipertensi (Karini *dkk.*, 2022).

Pengelolaan hipertensi dapat berupa pencegahan serta pengendalian. Oleh karena itu kegiatan edukasi melalui penyuluhan itu berperan penting untuk mengubah perilaku menjadi lebih baik dengan harapan warga dapat mencegah dan mengatasi hipertensi ini (Adiatman, 2020).

Tujuan dari pengabdian masyarakat melalui kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat Kelurahan Kalijaga RT 07 terkait penyakit hipertensi dalam upaya pencegahan dan pengendaliannya.

## **METODE**

Program pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada 8 Februari 2025 yang berlokasi di RT 07 Kelurahan Kalijaga, Kecamatan Harjamukti. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai penyakit hipertensi, faktor risiko, serta upaya pencegahannya. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi pemberian edukasi melalui penyuluhan yang disampaikan secara langsung oleh tim pengabdian dengan pendekatan interaktif, sehingga memungkinkan adanya sesi tanya jawab dan diskusi antara pemateri dan peserta. Selain itu, penyuluhan juga didukung dengan media leaflet yang berisi informasi ringkas mengenai hipertensi, sebagai bahan referensi bagi peserta setelah kegiatan berlangsung. Untuk tahap evaluasi, dilakukan pengukuran tingkat pemahaman peserta sebelum dan sesudah intervensi menggunakan pre-test dan post-test. Pre-test diberikan sebelum penyuluhan untuk mengukur pengetahuan awal peserta, sementara post-test diberikan setelah penyuluhan untuk melihat adanya peningkatan pemahaman. Pengukuran ini dilakukan melalui penyebaran kuisisioner yang diisi oleh 10 responden yang dipilih secara purposive sampling, dengan mempertimbangkan keterlibatan aktif mereka dalam kegiatan. Data yang diperoleh dari pre-test dan post-test dianalisis dengan menggunakan analisis *univariate* untuk mendeskripsikan distribusi data serta analisis *bivariate* untuk mengetahui hubungan antara variabel sebelum dan sesudah intervensi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di RT 07 Kelurahan Kalijaga Kecamatan Harjamukti dimaksudkan untuk membantu sosialisasi kepada masyarakat khususnya bagi warga RT 07 Kelurahan Kalijaga dengan tujuan peningkatan pengetahuan masyarakat terkait hipertensi dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi. Kegiatan ini dihadiri oleh ketua RT 07 dan beberapa masyarakat lansia.

Dalam kegiatan ini, evaluasi terkait pengetahuan pasien tentang hipertensi diukur dengan menggunakan kuisisioner yang diberikan sebelum dan sesudah dilaksanakannya penyuluhan oleh mahasiswa.

Berikut merupakan tabel hasil kuisisioner pre test dan post test pengetahuan terkait hipertensi yang disebarakan pada responden di RT 07 Kelurahan Kalijaga:

**Tabel 1. Hasil Pre-test Pengetahuan Masyarakat Terkait Hipertensi**

Kategori	Frekuensi	Presentase
Baik	1	10%
Cukup	7	70%
Kurang	2	20%
Total	10	100%

**Tabel 2. Hasil Post-test Pengetahuan Masyarakat Terkait Hipertensi**

Kategori	Frekuensi	Presentase
Baik	8	80%
Cukup	2	20%
Kurang	0	0
Total	10	100%

**Tabel 3. Hasil Analisis T-test**

		Paired Differences		t	df	Sig. (2-tailed)
		95% Confidence Interval of the Difference				
		Upper				
Pair 1	Pre-Test – Post-Test	-0.37216		-3.857	9	.004



**Gambar 1. Penyuluhan Hipertensi**



Berdasarkan tabel 1 dan tabel 2, terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat terkait hipertensi setelah dilaksanakannya penyuluhan. Tingkat pengetahuan masyarakat sebelum dilaksanakannya penyuluhan hanya sebesar 10% yang berada pada kategori baik. Namun, setelah dilaksanakannya penyuluhan, tingkat pengetahuan pasien meningkat menjadi 80% yang berada dalam kategori baik.

Berdasarkan analisis bivariate dengan menggunakan analisis T-test diperoleh *p-value* sebesar 0.004 ( $p < 0.05$ ) yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan pre-test dan post-test. Hal ini mengindikasikan bahwa penyuluhan yang diberikan berhasil meningkatkan tingkat pengetahuan pasien mengenai hipertensi.

Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan merupakan suatu upaya preventif & promotif penyakit hipertensi yang dapat meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi. Dengan meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait hipertensi, diharapkan dapat lebih proaktif dalam memelihara kesehatan serta melakukan pencegahan (Wulandari dkk., 2024).

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil kegiatan ini, penyuluhan terbukti efektif meningkatkan pengetahuan masyarakat Kelurahan Kalijaga RT 07 mengenai penyakit hipertensi. Hasil analisis T-test sebesar 0.004 menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara skor pre-test dan post-test, yang mengindikasikan peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi. Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar penelitian ini dapat dilakukan dengan cakupan yang lebih luas lagi dengan menggunakan metode intervensi yang lebih beragam, seperti edukasi berbasis digital, atau pendekatan komunitas, untuk melihat efektivitasnya dalam meningkatkan pemahaman dan perilaku pencegahan hipertensi. Namun, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, cakupan penelitian masih terbatas pada satu wilayah dengan jumlah responden yang relatif kecil, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan ke populasi yang lebih luas. Kedua, metode yang digunakan hanya berfokus pada penyuluhan langsung tanpa membandingkan efektivitas metode edukasi lainnya, seperti penggunaan media digital

	<p><b>JLP : Jurnal Lentera Pengabdian</b>  <b>Volume 03 No 01 Januari 2025</b>  <b>E ISSN:2985-6140</b></p> <p><a href="https://lenteranusa.id/">https://lenteranusa.id/</a></p>	
---	--	---

atau pendekatan berbasis teknologi. Ketiga, penelitian ini hanya mengukur peningkatan pengetahuan tanpa mengevaluasi perubahan perilaku jangka panjang dalam pencegahan hipertensi.



Berdasarkan keterbatasan tersebut, disarankan agar penelitian selanjutnya dilakukan dengan cakupan yang lebih luas, mencakup berbagai wilayah dengan karakteristik demografis yang beragam untuk memperoleh hasil yang lebih representatif. Selain itu, penggunaan metode intervensi yang lebih beragam, seperti edukasi berbasis digital, pendekatan komunitas, atau program pendampingan berbasis teknologi, dapat diterapkan untuk mengeksplorasi efektivitas strategi yang berbeda dalam meningkatkan pemahaman dan perilaku pencegahan hipertensi.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Kami mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah mendukung dan berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, terutama 1) masyarakat dan peserta dari RT 07 yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini, 2) Lembaga Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Cirebon yang telah memberikan dukungan, pendanaan, maupun kebijakan yang memungkinkan kegiatan ini berjalan dengan lancar, 3) Tim pelaksana yang telah bekerja keras dalam merancang melaksanakan, serta menyusun laporan pengabdian ini dengan dedikasi tinggi.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Adiatman. (2020). Efektifitas edukasi dalam pencegahan dan pengendalian hipertensi, *Vol. 11 Nomor 3 Juli 2011*. Universitas Indonesia.
- Ansar, J., Indra, D., & Apriani, M. (2019). Determinan kejadian hipertensi pada pengunjung Posbindu di wilayah kerja Puskesmas Ballaparang Kota Makassar, *Vol. 1 No. 3, 2019*. Universitas Hasanuddin.
- Fitrianto, H., Azmi, S., & Kadri, H. (2014). Penggunaan obat antihipertensi pada pasien hipertensi esensial di Poliklinik Ginjal Hipertensi RSUP DR. M. Djamil. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 3(1), 45–48. <http://jurnal.fk.unand.ac.id/>
- Karini, T., Sukfitrianty, S., Siti, S., Nur, K., Amaliya, M., Inwanatun, N., Miftahul, J., Sahra, A., Nur, A., Farah, A., & Imel, A. (2022). Penyuluhan sebagai upaya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi, *Vol. 1 No. 1 Agustus 2022*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Hipertensi penyakit paling banyak diidap masyarakat. *Sehat Negeriku*. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20190517/5130282/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat/>
- Mulasari, S. A. (2018). Penanggulangan hipertensi di Dusun Kretek RT 09 Banguntapan Bantul. *Jurnal Pemberdayaan Publik Hasil Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(2), 257.
- Siyad, A. R. (2011). Hypertension. *Journal for Drugs and Medicines*, 3(1), 1–2.

	<b>JLP : Jurnal Lentera Pengabdian</b> <b>Volume 03 No 01 Januari 2025</b> <b>E ISSN:2985-6140</b>  <a href="https://lenteranusa.id/">https://lenteranusa.id/</a>	
---	---	---

- Wati, N., Sapti, A., & Janu, P. (2023). Penerapan slow deep breathing terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD Jend. Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendekia Muda*, 3(1), Maret 2023.
- Wulandari, S., Anggayudha, A., Fernanda, R., Lili, A., Nabila, Y., Karti, S., Melda, A., Julita, M., Panggih, A., & Nor, E. (2024). Penyuluhan hipertensi sebagai upaya promotif dan preventif terhadap kesehatan masyarakat Padukuhan Kembang Margosari Kulon Progo, *Vol. 2 No. 28 September 2024*. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.