



PENYULUHAN PENGABDIAN MASYARAKAT TENTANG EDUKASI PENCEGAHAN PENYAKIT HIPERTENSI DAN KOMPLIKASI DI DESA SUKOHARJO, KABUPATEN PRINGSEWU TAHUN 2025

Mida Pratiwi¹, Nadia Rahma², Fera Nor Maliza³, Fadillah Ayu S.W.P⁴,
Erna Yanti⁵, Wisnetty⁶, Nuryanto⁷, Suci Octarini⁸

^{1,2,3,4,5,6,7}Program Studi S1 Farmasi, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu

⁸Mahasiswa Program Studi S1 Farmasi, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu

*Penulis Korespondensi: midapратиwi28@gmail.com

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat dan menjadi faktor risiko utama berbagai komplikasi serius, seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat, terutama di wilayah pedesaan, menjadi salah satu penyebab kurangnya kesadaran dalam melakukan pencegahan dan pengendalian hipertensi secara dini. Kegiatan penyuluhan edukatif ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat Desa Sukoharjo mengenai faktor risiko, tanda dan gejala, cara pencegahan, serta potensi komplikasi hipertensi dan dilakukan pada bulan Mei 2025. Metode yang digunakan adalah desain experimental dengan ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan pembagian media edukasi sederhana seperti leaflet dan poster. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat yang ditunjukkan dari hasil pretest yaitu rendah: 3%, sedang:67%, baik: 30% dibandingkan dengan posttest yang menunjukkan hasil sedang:47% dan tinggi 53%. Peningkata motivasi untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin dan menerapkan pola hidup sehat. Kegiatan penyuluhan ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam mendorong perubahan perilaku masyarakat menuju gaya hidup yang lebih sehat guna menurunkan angka kejadian hipertensi dan komplikasinya di tingkat desa.

Kata Kunci : Hipertensi, Penyuluhan, Pencegahan, Edukasi Kesehatan

Abstract

Hypertension is one of the non-communicable diseases whose prevalence continues to increase and has become a major risk factor for various serious complications, such as heart disease, stroke, and kidney failure. The low level of public knowledge, especially in rural areas, is one of the causes of the lack of awareness in early prevention and control of hypertension. This educational outreach activity aims to enhance the understanding of the residents of Sukoharjo regarding the risk factors, signs and symptoms, prevention methods, and potential complications of hypertension. The methods used experimental design were interactive lectures, group discussions, and the distribution of simple educational media such as leaflets and posters. The results of the activity showed an increase in public knowledge as indicated by the pretest results, namely low: 3%, medium: 66%, good: 30% compared to the posttest which showed medium results: 47% and high: 53%. Increase in motivation to regularly check blood pressure and adopt a healthy lifestyle. This outreach activity is expected to be a first step in encouraging behavioral changes in the community towards a healthier lifestyle to reduce the incidence of hypertension and its complications at the village level.

Keywords : Hypertension, Counseling, Prevention, Health Education

1. PENDAHULUAN

Hipertensi adalah kenaikan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik yang terbagi menjadi dua tipe yaitu hipertensi esensial yang paling sering terjadi dan hipertensi sekunder yang disebabkan oleh penyakit renal atau penyebab lain (Telaumbanua & Rahayu, 2021). Pasien tidak menyadari gejala-gejala hipertensi sehingga dapat mengakibatkan kerusakan dan komplikasi pada sistem kardiovaskular dan organ dalam tubuh. Selama satu *decade* terakhir, angka kematian akibat penyakit kardiovaskular masih menjadi penyebab utama kematian di seluruh dunia (Utari *et al.*, 2021).

Data dari *World Health Organization* (WHO) orang dewasa berusia 30-70 tahun yang menderita hipertensi telah meningkat dari 650 juta pada tahun 1990 menjadi 1,3 miliar pada tahun 2019. (WHO, 2023). Di Indonesia, prevalensi hipertensi berdasarkan Riskesdas 2018 mencapai 34,1% dari total populasi dewasa, dan angka ini terus mengalami peningkatan setiap tahunnya (Setiawan, 2018)

Penyakit hipertensi sering dijuluki sebagai *silent killer* karena umumnya tidak menunjukkan gejala pada tahap awal, namun dapat menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, gagal ginjal, dan penyakit jantung coroner jika tidak ditangani dengan tepat. Salah satu faktor resiko utama dari tingginya angka kejadian hipertensi adalah kurangnya pengetahuan masyarakat tentang pencegahan, deteksi dini, serta pengendalian tekanan darah melalui gaya hidup sehat. Permasalahan ini umumnya lebih banyak ditemukan di wilayah pedesaan dimana, akses terhadap informasi dan pelayanan kesehatan masih terbatas (Andriyani *et al.*, 2021).

Penyebab terjadinya hipertensi terdiri dari faktor internal (usia, jenis kelamin, penyakit penyerta lainnya, pendidikan, pengetahuan tentang penyakit, gaya hidup, dan penggunaan pengobatan alternatif) dan eksternal (kemudahan akses terhadap layanan, pembiayaan, dan dukungan sosial baik dari keluarga maupun teman) (Agustina *et al.*, 2023). Lamanya durasi pengobatan memunculkan rasa bosan, jenuh terhadap pengobatan yang dilakukan oleh pasien, sehingga semakin lama menjalani pengobatan hipertensi menjadi penyebab ketidak patuhan dalam menjalani pengobatan tersebut Kepatuhan pengobatan mengacu pada perilaku pasien dalam mengikuti

aturan dan anjuran tenaga medis selama menjalani pengobatan (Massa, 2022).

Upaya Promotif dan preventif melalui penyuluhan edukatif kepada masyarakat desa menjadi sangat penting untuk menekan angka kejadian hipertensi dan komplikasinya. Edukasi kesehatan yang disampaikan secara langsung dapat meningkatkan pemahaman masyarakat tentang faktor resiko, gejala, dan pentingnya pola hidup sehat dalam mencegah hipertensi. Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan kesehatan di desa Sukahrjo ini merupakan Langkah strategis untuk memperdayakan masyarakat agar mampu menjaga kesehatannya secara mandiri dan mencegah komplikasi jangka Panjang.

Kegiatan Penyuluhan ini diharapkan untuk membantu masyarakat dalam memberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan serta pengarahan kepada masyarakat setempat untuk dalam meningkatkan pemahaman maupun mencegah terjadinya komplikasi penyuluhan kesehatan menjadi salah satu cara efektif untuk mendapatkan informasi pengetahuan kesehatan dari sebelum diberikannya penyuluhan dan sesudah dilakukannya penyuluhan.

Leaflet adalah media yang digunakan dalam kegiatan ini merupakan media visual yang dapat dimanfaatkan untuk menarik perhatian masyarakat agar mereka tertarik untuk memperhatikan isi materi yang disajikan (Marbun, 2022). Program ini bertujuan agar dapat meningkatkan kesadaran masyarakat untuk peduli dengan penyakit hipertensi sebagai bentuk pengendalian penyakit hipertensi didesa Sukahrjo.

2. BAHAN DAN METODE PENGABDIAN

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Rabu, 25 Februari 2025. Lokasi kegiatan ini dilaksanakan di Desa Sukahrjo Dusun III bertempat di Rumah Ibu RT. Penyuluhan dilakukan secara langsung kepada masyarakat desa. Penyuluhan dilakukan dengan disampaikan secara langsung dan dilakukan diskusi.

Design penelitian pada penyuluhan adalah experimental dengan melihat tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah perlakuan penyuluhan. Responden sebelum diberikan penyuluhan diberikan pretes terlebih dahulu yang kemudian setelah mengerjakan soal akan dilakukan penyuluhan tentang hipertensi melalui power point dari tim. Selain mendengarkan, responden juga mendapatkan leaflet untuk bahan bacaan supaya tidak lupa.

Setelah dirasa diskusi telah selesai dan tanya jawab sudah berjalan baik, responden selanjutnya diberikan soal kembali untuk menilai pengaruh edukasi yang disebut dengan posttest.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program kegiatan Terintegrasi PPM Universitas Aisyah Pringsewu di Desa Sukahrajo RW. 003, Kabupaten Pringsewu, Lampung. Lokasi kegiatan dilaksanakan di Rumah Ibu Rt di desa setempat.

Kegiatan Penyuluhan dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat. Berdasarkan Sistem Kesehatan Nasional, kesehatan tidak hanya menjadi tanggung jawab tenaga kesehatan saja akan tetapi membutuhkan peran serta masyarakat. Untuk mewujudkan masyarakat yang sehat. Permasalahan tentang kesehatan di desa Sukarjo khusus nya RW III, salah satunya adalah terkait dengan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai pola hidup sehat dan informasi tentang dampak terjadinya hipertensi. Dalam hal ini Masyarakat masih membutuhkan upaya lebih keras dari semua pihak terutama tenaga kesehatan untuk dapat memahami penyakit hipertensi yang berdampak pada komplikasi.

Adapun hasil pengethuan responden adalah sebagai berikut :

Kategori	Pre-test		Post-test	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Baik	14	28%	20	40%
Sedang	34	68%	30	60%
Rendah	2	4%	0	0%
Jumlah	50	100	50	100

Materi terdiri dari penjelasan pengertian hipertensi, gejala serta cara pencegahannya. Jumlah masyarakat yang hadir sebanyak 40 orang yang di dominasi oleh ibu-ibu. Berdasarkan hasil penyuluhan didapatkan bahwa masyarakat Dusun 003 Sukaharjo kurang

nya pengetahuan tentang penanganan dan dampak yang terjadi akibat tekanan darah yang tinggi.

Dengan adanya penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang informasi kesehatan. Penyuluhan sebagai suatu metode promosi kesehatan penting bagi perubahan sikap masyarakat dalam menjaga asupan dan pola hidup yang sehat dan lebih baik lagi. Perubahan pengetahuan tentang penggunaan penyuluhan ini dapat dilihat dari interaksi tanya jawab secara langsung dengan masyarakat.



Gambar 1. Proses Penyuluhan dan edukasi tentang Hipertensi



Gambar 2. Masyarakat yang Hadir Dalam Kegiatan

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan program Kegiatan ini berjalan dengan lancar dan efektif

dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat untuk memperbaiki pola hidup dan kesadaran pengecekan kesehatan secara rutin. Adapun solusi yang diberikan penyakit infeksi serta meningkatkan kesadaran masyarakat untuk dapat memperbaiki pola hidup dan kesadaran pengecekan kesehatan secara rutin. Adapun solusi yang diberikan kepada lansia

dengan kategori tekanan darah tinggi, yaitu dengan memberikan ajakan dan himbauan kepada mereka untuk selalu mengontrol kepatuhan konsumsi obat dan makanan serta mengatur pola hidup yang sehat.

Pada penyuluhan ini terdapat keterbatasan, yaitu beberapa masyarakat yang hadir tidak berbarengan sehingga perlu waktu untuk kondusif dan memberikan perhatian yang khusus supaya warga dapat memahami pertanyaan dan penyuluhan yang dilakukan. bagaimana pencegahan Resistensi Antibiotik.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Prodi S1 Farmasi Universitas Aisyah Pringsewu selaku penyelenggara Pengabdian Kegiatan Masyarakat (PKM) di desa sukaharjo 2025.

DAFTAR PUSTAKA

- Andiarna, F., Irul, H., & Eva, A. (2020) pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan diet hipertensi usia dewasa dipuskesmas mombok menggrai. *Journal of Community Engagement and Employment*, 2(1), 15–22.
- Marbun, W. S., & Hutapea, L.M.(2022).Andriyani, S., Alfiah, A., Adilah F.,Penyuluhan kesehatan pada Mawardah, R., Nursyifa, R. I.,penderita hipertensi dewasa.
- Pratiwi, A., & Rimawan, M. (2022). Pengabdian Kepada Masyarakat Melalui Kuliah Kerja Nyata Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Bima. *Journal of Empowerment*, 2(2), 172. <https://doi.org/10.35194/je.v2i2.1586>
- Quave, C. L., Lyles, J. T., Kavanaugh, J. S., Nelson, K., Parlet, C. P., Crosby, H. A., Heilmann, K. P., Horswill, A. R., Widyastuti, R., Ratnawati, G., Saryanto, Balouiri, M., Sadiki, M., Ibsouda, S. K., Viogenta, P., Triana, D., Rita,W. S., Suirta, I. W., Prisanti, P.,... Kemenkes, R. (2018). 615.1 Ind p. *Journal of Pharmaceutical Analysis*, 5(2), 130–136. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jpha.2015.11.005>
- Setiawan, E. R. (2018). Gambaran dan Terapi kepatuhan minum obat pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas kintamani . *Sainstis*, 1(4), 191–198. <https://doi.org/10.18860/sains.v0i0.1861>
- Yulanda, G., & Lisiswanti, R. (2017). pmi bogor tahun 2016. *Jurnal Penatalaksanaan hipertensi Ilmiah Ilmu Keperawatan primer. Jurnal Majority*,6(1), 28- *Indonesia*, 7(4), 313-321.33.