



PEMANFAATAN TEKNOLOGI DIGITAL DALAM EDUKASI HIPERTENSI MENGGUNAKAN MEDIA POSTER DI PEKON SINAR BARU

Hafsah Mukaromah^{1*}, Ratnasari Ratnasari², Annajim Daskar³, Rizqika Bastian Tomi⁴

^{1,3,4}*Program Studi Farmasi, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu, Lampung, Indonesia*

²*Program Studi Rekayasa Perangkat Lunak, Fakultas Teknologi dan Informatika, Universitas Aisyah Pringsewu, Lampung, Indonesia*

*Penulis Korespondensi: hafsahmukaromah@aisyahuniversity.ac.id

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi yang terus meningkat dan menjadi masalah kesehatan masyarakat, khususnya di wilayah pedesaan. Rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko, pencegahan, dan pengendalian hipertensi menyebabkan upaya pencegahan belum berjalan optimal. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat Pekon Sinar Baru melalui pemanfaatan teknologi digital berupa media poster edukatif yang dilaksanakan oleh mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Akhlakul Karimah Universitas Aisyah Pringsewu. Metode pelaksanaan meliputi tahap perencanaan, perancangan poster digital, pelaksanaan edukasi kesehatan, serta evaluasi kegiatan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat mengenai pengertian hipertensi, faktor risiko, gejala, serta upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi. Media poster digital dinilai efektif, menarik, dan mudah dipahami oleh masyarakat. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi model promosi kesehatan berbasis teknologi digital yang dapat diterapkan secara berkelanjutan di masyarakat.

Kata Kunci : hipertensi, teknologi digital, media poster, edukasi, sinar baru

Abstract

Hypertension is one of the non-communicable diseases with an increasing prevalence and has become a significant public health problem, particularly in rural areas. The low level of community knowledge regarding risk factors, prevention, and management of hypertension has resulted in suboptimal prevention efforts. This Community Service (PkM) activity aimed to improve the knowledge and awareness of the community in Pekon Sinar Baru through the utilization of digital technology in the form of educational poster media, implemented by students of the Akhlakul Karimah Community Service Program (Kuliah Kerja Nyata) from Universitas Aisyah Pringsewu. The implementation method consisted of planning, digital poster design, health education delivery, and activity evaluation. The results indicated an improvement in community understanding of hypertension, including its definition, risk factors, symptoms, and preventive and management measures. The digital poster media were considered effective, attractive, and easy for the community to understand. This activity is expected to serve as a digital technology-based health promotion model that can be sustainably implemented in the community.

Keywords: Hypertension, digital technology, poster media, education, sinar baru

1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan

utama baik di tingkat global maupun nasional. World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa lebih dari 1,28 miliar orang dewasa di

dunia menderita hipertensi dan hampir dua pertiganya berada di negara berpenghasilan rendah dan menengah [1]. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular, stroke, gagal ginjal, dan kematian dini [2], [3]. Di Indonesia, prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun masih tergolong tinggi dan menunjukkan kecenderungan peningkatan dari tahun ke tahun [4]. Kondisi ini diperparah oleh rendahnya tingkat kesadaran masyarakat, keterbatasan akses informasi kesehatan, serta kurang optimalnya media edukasi yang mudah dipahami oleh masyarakat di wilayah pedesaan [5]. Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif dan preventif yang berkelanjutan melalui edukasi kesehatan berbasis masyarakat. Pemanfaatan teknologi digital dalam bidang kesehatan telah berkembang pesat dan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan serta perubahan perilaku kesehatan masyarakat [6], [7]. Media edukasi digital, termasuk poster edukatif berbasis desain visual yang menarik, dinilai mampu menyampaikan pesan kesehatan secara sederhana, ringkas, dan mudah dipahami lintas usia dan tingkat pendidikan [8]. Poster digital juga memungkinkan distribusi informasi yang lebih luas dan berkelanjutan melalui media sosial maupun platform komunikasi daring [9]. Peran mahasiswa melalui program Kuliah Kerja Nyata (KKN) menjadi salah satu strategi penting dalam menjembatani transfer pengetahuan dari perguruan tinggi kepada masyarakat. Mahasiswa KKN tidak hanya berperan sebagai agen edukasi, tetapi juga sebagai fasilitator perubahan perilaku kesehatan di tingkat komunitas [10], [11]. Kegiatan KKN berbasis pengabdian masyarakat sejalan dengan kebijakan Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) yang menekankan kontribusi nyata mahasiswa dalam menyelesaikan permasalahan sosial dan kesehatan masyarakat [12]. Pekon Sinar Baru merupakan wilayah dengan karakteristik masyarakat pedesaan yang masih memerlukan penguatan edukasi kesehatan, khususnya dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan oleh mahasiswa KKN Universitas Aisyah Pringsewu, ditemukan bahwa permasalahan utama terkait hipertensi di masyarakat meliputi rendahnya tingkat pengetahuan dan kesadaran tentang faktor risiko serta pentingnya pengelolaan hipertensi secara berkelanjutan. Selain itu, pola hidup yang kurang sehat, seperti tingginya konsumsi makanan tinggi garam, rendahnya asupan serat, serta minimnya aktivitas fisik, turut berkontribusi terhadap meningkatnya risiko hipertensi. Kelompok lanjut usia sebagai kelompok rentan menghadapi tantangan tambahan, antara lain

kurangnya pemantauan tekanan darah secara rutin, keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan, serta kendala ekonomi yang membatasi kemampuan dalam memperoleh pemeriksaan kesehatan dan pengobatan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa upaya edukasi kesehatan yang bersifat konvensional belum sepenuhnya efektif dan diperlukan pendekatan yang lebih inovatif, mudah dipahami, serta sesuai dengan karakteristik masyarakat setempat. Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat Pekon Sinar Baru mengenai hipertensi melalui pemanfaatan teknologi digital berupa media poster edukatif. Diharapkan, pemanfaatan media poster digital dapat menjadi sarana edukasi kesehatan yang efektif, berkelanjutan, serta mampu memperkuat peran mahasiswa dalam pembangunan kesehatan berbasis masyarakat.

2. BAHAN DAN METODE PENGABDIAN

Kegiatan edukasi hipertensi ini dilaksanakan di Posyandu Lansia pada Dusun 1, Dusun 2, Dusun 3, dan Dusun 4 Pekon Sinar Baru, Kecamatan Sukoharjo, Kabupaten Pringsewu. Sasaran kegiatan adalah masyarakat dewasa dan lanjut usia, khususnya peserta Posyandu Lansia. Metode pelaksanaan dirancang untuk menjawab permasalahan rendahnya tingkat pengetahuan dan kesadaran masyarakat dalam pencegahan dan pengendalian hipertensi melalui pemanfaatan teknologi digital berbasis media poster edukatif. Pelaksanaan kegiatan edukasi dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

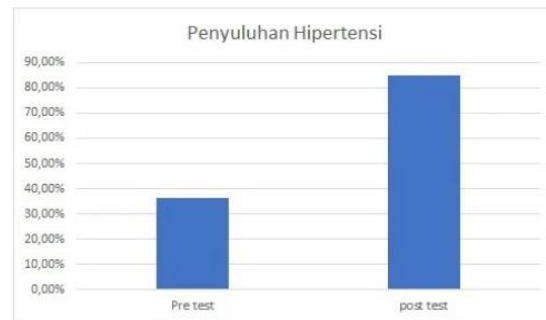
1. Identifikasi Masalah dan Perencanaan Kegiatan
Tahap awal dilakukan melalui observasi lapangan dan koordinasi dengan perangkat pekan serta kader kesehatan. Observasi bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat pemahaman masyarakat terkait hipertensi, pola hidup sehari-hari, serta media edukasi kesehatan yang selama ini digunakan. Hasil observasi menjadi dasar dalam perencanaan materi edukasi dan penentuan metode penyampaian yang sesuai dengan karakteristik masyarakat Pekon Sinar Baru.
2. Perancangan Media Poster Digital
Poster edukatif dirancang menggunakan aplikasi desain digital dengan memperhatikan prinsip komunikasi visual yang sederhana, informatif, dan mudah dipahami. Materi yang disajikan dalam poster meliputi pengertian hipertensi, faktor risiko, tanda dan gejala,

dampak hipertensi, serta upaya pencegahan dan pengendalian melalui penerapan pola hidup sehat. Penggunaan media digital bertujuan untuk meningkatkan daya tarik dan efektivitas penyampaian informasi kesehatan kepada masyarakat.

3. Pelaksanaan Edukasi hipertensi
Edukasi hipertensi dilaksanakan melalui penyampaian materi menggunakan poster digital yang ditampilkan secara langsung dan dibagikan dalam bentuk cetak maupun digital kepada masyarakat. Mahasiswa KKN berperan sebagai fasilitator edukasi dengan memberikan penjelasan, mengajak diskusi, serta menjawab pertanyaan peserta. Kegiatan ini dilaksanakan secara interaktif agar masyarakat lebih mudah memahami dan mengingat informasi yang disampaikan.
4. Evaluasi dan Tindak Lanjut
Evaluasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan untuk mengukur tingkat keberhasilan edukasi hipertensi yang telah dilaksanakan. Metode evaluasi menggunakan **pre-test dan post-test** yang diberikan kepada peserta sebelum dan setelah kegiatan edukasi berlangsung. Instrumen evaluasi berupa seperangkat pertanyaan sederhana terkait pengertian hipertensi, faktor risiko, dampak, serta upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi yang disesuaikan dengan karakteristik peserta Posyandu Lansia.

Hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar peserta masih memiliki tingkat pengetahuan yang rendah mengenai hipertensi, khususnya terkait faktor risiko dan pentingnya pengendalian tekanan darah secara rutin. Setelah pelaksanaan edukasi menggunakan media poster digital, hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan peserta secara umum. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa pemanfaatan teknologi digital melalui media poster edukatif efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap materi hipertensi yang disampaikan. Selain peningkatan skor post-test, hasil evaluasi juga diperkuat melalui diskusi dan tanya jawab, yang menunjukkan bahwa peserta mampu menyebutkan kembali informasi utama terkait pola hidup sehat, seperti pengurangan konsumsi garam, peningkatan aktivitas fisik, serta pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara berkala. Hasil evaluasi ini menjadi dasar bahwa kegiatan edukasi yang dilakukan oleh mahasiswa KKN Akhlakul Karimah Universitas Aisyah

Pringsewu memberikan dampak positif terhadap peningkatan literasi kesehatan masyarakat di Pekon Sinar Baru.



Gambar 1. Hasil Pre-Test dan Post-Test Hipertensi

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan edukasi hipertensi dilakukan oleh mahasiswa KKN Akhlakul Karimah Universitas Aisyah Pringsewu dan disesuaikan dengan jadwal di masing-masing dusun di Pekon Sinar Baru. Kegiatan edukasi di Dusun 1 dilaksanakan pada Rabu, 11 Desember 2024, di Dusun 2 dan Dusun 3 pada Selasa, 10 Desember 2024, serta di Dusun 4 pada Jumat, 13 Desember 2024. Secara umum, kegiatan edukasi hipertensi yang dilaksanakan berjalan dengan lancar dan memperoleh respons positif dari masyarakat.

Pemanfaatan media poster digital dalam kegiatan edukasi terbukti mampu menarik perhatian masyarakat karena memadukan visual yang informatif, penggunaan bahasa yang sederhana, serta penyampaian materi yang komunikatif. Kondisi ini mendukung efektivitas proses penyampaian informasi kesehatan dan sejalan dengan temuan sebelumnya yang menyatakan bahwa media visual berbasis digital dapat meningkatkan pemahaman dan minat masyarakat terhadap informasi kesehatan [13], [14].

Dari sisi luaran, kegiatan pengabdian ini menghasilkan beberapa capaian utama, yaitu tersedianya poster edukatif digital tentang hipertensi yang dapat dimanfaatkan secara berkelanjutan oleh perangkat pekon dan kader kesehatan, meningkatnya pengetahuan masyarakat mengenai pengertian, faktor risiko, gejala, serta upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi, serta meningkatnya kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Poster edukatif yang dihasilkan juga disebarluaskan dalam bentuk cetak dan digital

sehingga memiliki jangkauan yang lebih luas [15]. Hasil evaluasi melalui diskusi dan tanya jawab menunjukkan bahwa masyarakat memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya penerapan pola hidup sehat, seperti pengurangan konsumsi garam, peningkatan aktivitas fisik, serta pengelolaan stres. Peningkatan pemahaman ini menjadi indikator awal terjadinya perubahan perilaku kesehatan, yang merupakan tujuan utama dari promosi kesehatan berbasis masyarakat [16]. Peran aktif mahasiswa KKN sebagai fasilitator edukasi turut memberikan kontribusi positif dalam membangun komunikasi dua arah yang efektif antara mahasiswa dan masyarakat.

Dari aspek dampak, kegiatan pengabdian ini berkontribusi terhadap penguatan literasi kesehatan masyarakat desa serta mendukung upaya pencegahan penyakit tidak menular di tingkat komunitas. Keterlibatan mahasiswa KKN Universitas Aisyah Pringsewu tidak hanya meningkatkan kapasitas pengetahuan masyarakat, tetapi juga memberikan pengalaman pembelajaran kontekstual bagi mahasiswa dalam mengimplementasikan ilmu pengetahuan dan teknologi untuk menjawab permasalahan kesehatan masyarakat. Hal ini sejalan dengan konsep pengabdian berbasis Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) yang menekankan kolaborasi antara perguruan tinggi dan masyarakat dalam menghasilkan dampak yang nyata dan berkelanjutan [17].



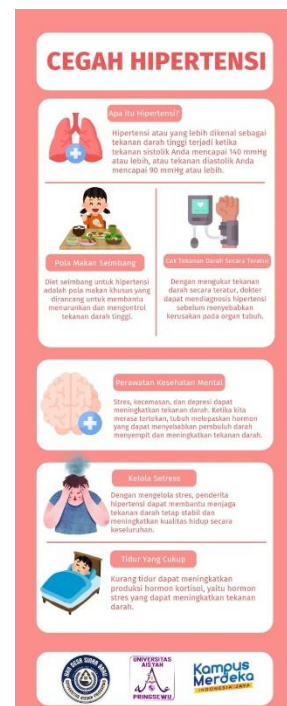
Gambar 2. Kegiatan posyandu lansia di Dusun 1



Gambar 3. Kegiatan posyandu lansia di Dusun 2 & 3



Gambar 4. Kegiatan Posyandu Lansia di Dusun 4



Gambar 5. Poster Hipertensi

LUARAN YANG DICAPAI

Luaran kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini meliputi tersusunnya media poster edukatif berbasis digital mengenai hipertensi yang dapat dimanfaatkan secara berkelanjutan oleh perangkat pekon dan kader kesehatan, serta meningkatnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat Pekon Sinar Baru mengenai faktor risiko, pencegahan, dan pengendalian hipertensi. Selain itu, kegiatan ini menghasilkan peningkatan pemahaman peserta yang ditunjukkan melalui hasil evaluasi pre-test dan post-test, serta mendorong kesadaran masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat dan melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin.

RENCANA TINDAK LANJUT

Sebagai upaya keberlanjutan dari kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang telah dilaksanakan, dirumuskan beberapa rencana tindak lanjut untuk memastikan dampak edukasi hipertensi dapat berlangsung secara berkelanjutan di Pekon Sinar Baru. Pertama, media poster edukatif berbasis digital yang telah dihasilkan akan terus dimanfaatkan oleh perangkat pekon, kader kesehatan, dan Posyandu Lansia sebagai sarana promosi kesehatan dalam kegiatan rutin masyarakat. Poster tersebut diharapkan dapat digunakan secara berulang untuk memperkuat pemahaman masyarakat mengenai pencegahan dan pengendalian hipertensi.

Kedua, akan dilakukan penguatan peran kader kesehatan dan pengelola Posyandu Lansia melalui pendampingan dan koordinasi dengan pihak pekon agar kegiatan edukasi kesehatan, khususnya terkait hipertensi dan pola hidup sehat, dapat terintegrasi dalam agenda pelayanan kesehatan desa. Ketiga, hasil kegiatan ini dapat menjadi dasar pengembangan program edukasi kesehatan lanjutan dengan cakupan materi penyakit tidak menular lainnya serta pemanfaatan media digital yang lebih beragam.

Ke depan, kegiatan serupa diharapkan dapat dikembangkan melalui kolaborasi berkelanjutan antara perguruan tinggi, pemerintah pekon, dan masyarakat, sehingga peran mahasiswa dalam kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dapat terus memberikan kontribusi nyata dalam peningkatan literasi kesehatan dan kualitas hidup masyarakat desa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Universitas Aisyah Pringsewu atas dukungan dan fasilitasi dalam pelaksanaan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Akhlakul Karimah. Terima kasih juga disampaikan kepada Pemerintah Pekon Sinar Baru beserta perangkat pekon atas izin dan dukungan yang diberikan selama kegiatan berlangsung. Apresiasi turut disampaikan kepada seluruh masyarakat Pekon Sinar Baru, khususnya kader dan peserta Posyandu Lansia, atas partisipasi aktif dan kerja sama yang baik sehingga kegiatan edukasi ini dapat berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- World Health Organization, *Hypertension*. Geneva, Switzerland: WHO, 2021.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta, Indonesia: Badan Litbang Kesehatan, 2018.
- H. Nisa, "Faktor risiko dan pencegahan hipertensi pada usia dewasa," *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, vol. 18, no. 2, pp. 85–94, 2023.
- Z. Ulya, A. Iskandar, dan F. Triasih, "Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media poster terhadap pengetahuan manajemen hipertensi," *Jurnal Keperawatan Soedirman*, vol. 16, no. 2, pp. 97–104, 2021.
- F. S. Rahayu dan R. Kurniasari, "Efektivitas media poster dan video animasi terhadap peningkatan pengetahuan hipertensi," *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 17, no. 1, pp. 45–52, 2022.
- M. Indriyani dan R. Sudiyat, "Pengaruh edukasi media poster tentang pengendalian hipertensi terhadap pengetahuan pasien hipertensi," *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, vol. 3, no. 3, pp. 210–217, 2023.
- S. Sulistyorini, D. P. Amukti, dan A. Akrom, "Upaya promosi kesehatan dan pencegahan hipertensi pada masyarakat pedesaan," *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat*, vol. 5, no. 1, pp. 1–9, 2024.
- J. N. H. Noraisa, M. Mifbakhuddin, dan U. Nurullita, "Pemanfaatan media cetak dan digital dalam edukasi pencegahan hipertensi di masa pandemi," *Jurnal Inovasi dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, vol. 1, no. 1, pp. 12–19, 2022.
- N. T. Putra, R. P. Sari, dan A. Wulandari, "Edukasi pencegahan hipertensi sebagai upaya peningkatan derajat kesehatan masyarakat," *Masyarakat: Jurnal Pengabdian*, vol. 2, no. 2, pp. 101–108, 2023.
- S. Sarkawi, L. Handayani, dan A. D. Putri, "Pengembangan media promosi kesehatan audio visual dalam pencegahan hipertensi," *Mitra Raflesia*, vol. 6, no. 1, pp. 33–40, 2024.
- A. P. Setiawan, D. Lestari, dan M. Ramadhan, "Edukasi kesehatan berbasis media visual untuk meningkatkan kesadaran hipertensi," *SEJAGAT: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, vol. 4, no. 1, pp. 55–63, 2024.
- H. N. Suraya, Y. Fitriani, dan B. Prasetyo, "Efektivitas promosi kesehatan melalui media digital terhadap kepatuhan pasien hipertensi," *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 8, no. 1, pp. 112–120, 2024.

- A. P. Setiawan, D. Lestari, dan M. Ramadhan, "Edukasi kesehatan berbasis media visual untuk meningkatkan kesadaran hipertensi," *SEJAGAT: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, vol. 4, no. 1, pp. 55–63, 2024.
- H. N. Suraya, Y. Fitriani, dan B. Prasetyo, "Efektivitas promosi kesehatan melalui media digital terhadap kepatuhan pasien hipertensi," *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 8, no. 1, pp. 112–120, 2024.
- S. Wijayati, R. Handoko, dan M. Dewi, "Pemanfaatan multimedia interaktif dalam pencegahan hipertensi pada masyarakat," *Narra Journal*, vol. 4, no. 2, pp. 150–158, 2024.
- World Health Organization, *Global Report on Hypertension: The Race Against a Silent Killer*. Geneva, Switzerland: WHO, 2023.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Hipertensi*. Jakarta, Indonesia: Kemenkes RI, 2022.