

Nanggroe : Jurnal Pengabdian Cendikia
Volume 4, Nomor 2, May 2025, Halaman P. 109-115
Licenced by CC BY-SA 4.0
ISSN: 2986-7002
DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.15626584>

Peningkatan Kapasitas Masyarakat dalam Pengendalian Hipertensi melalui Penyuluhan di Kelurahan Poris Gaga Kota Tangerang

Reny Deswita^{1*}, Beti Haerani², Gilang Prayogo³, Arlinisa Khaira Putri⁴

^{1,2,3,4}Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tangerang

*Email korespondensi: redes8605@gmail.com

Abstrak

Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Berdasarkan hasil survei di RW 001 Kelurahan Poris Gaga kepada 87 kepala keluarga, hipertensi merupakan penyakit dengan jumlah penderita paling banyak (70,7%). Mayoritas masyarakat memiliki pengetahuan yang masih kurang mengenai hipertensi (77%), perilaku yang kurang baik terhadap hipertensi (79,7%), sikap yang kurang baik terhadap penyakit hipertensi (51,7%), tidak teratur minum obat hipertensi (51,7%). Tujuan dari kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan masyarakat di Kelurahan Poris Gaga, Kecamatan Batu Ceper, Kabupaten Kota Tangerang mengenai pentingnya pengendalian hipertensi melalui pemahaman mengenai hipertensi serta kepatuhan terhadap pengobatan. Metode yang digunakan meliputi ceramah, diskusi interaktif, pemberian informasi melalui media edukasi berupa leaflet serta pengukuran aspek berkaitan dengan hipertensi melalui pre test dan post test. Hasil yang didapatkan adalah terjadinya peningkatan pada ketiga aspek, antara lain: pengetahuan baik (72,1%), sikap baik (59,8%), dan perilaku baik (36,8%) mengenai hipertensi setelah dilakukan penyuluhan kesehatan.

Kata kunci: *Hipertensi, Peningkatan Kapasitas Masyarakat, Penyuluhan Kesehatan*

Abstract

Hypertension is the leading cause of premature death worldwide. Based on the results of a survey in RW 001, Poris Gaga Village to 87 heads of families, hypertension is the disease with the most sufferers (70.7%). The majority of people have insufficient knowledge about hypertension (77%), poor behavior towards hypertension (79.7%), poor attitudes towards hypertension (51.7%), irregular taking of hypertension medication (51.7%). The purpose of this Community Service (PKM) activity is to increase the knowledge and compliance of the community in Poris Gaga Village, Batu Ceper District, Tangerang City Regency regarding the importance of controlling hypertension through an understanding of hypertension and compliance with treatment. The methods used include: lectures, interactive discussions, providing information through educational media in the form of leaflets and measuring aspects related to hypertension through pre-tests and post-tests. The results obtained were an increase in all three aspects, including: good knowledge (72.1%), good attitudes (59.8%), and good behavior (36.8%) regarding hypertension after health education was carried out.

Keywords: *Hypertension, Community Capacity Building, Health Education*

Article Info

Received date: 20 May 2025

Revised date: 25 May 2025

Accepted date: 30 May 2025

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit yang prevalensinya terus meningkat dan penyebab kematian dini di seluruh dunia. Diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Sebanyak 46% orang dewasa dengan hipertensi diperkirakan tidak menyadari bahwa mereka memiliki penyakit tersebut. Kurang dari 42% pasien hipertensi terdiagnosis dan diobati. Hanya sekitar 21% orang dewasa yang menderita hipertensi dapat mengendalikannya. Salah satu target

global untuk penyakit tidak menular adalah mengurangi prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030 (WHO, 2023).

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan melalui Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023, prevalensi hipertensi pada umur lebih atau sama dengan 15 tahun di provinsi Banten berdasarkan diagnosis dokter 9,5%, sementara hipertensi berdasarkan pengukuran langsung 26,8 %. Hal ini menggambarkan, bahwa banyak kasus hipertensi yang terjadi tetapi tidak terdiagnosis dan tidak disadari oleh penderita. Begitu pula untuk kelompok umur lebih atau sama dengan 18 tahun. Didapatkan hipertensi berdasarkan diagnosis dokter sebesar 10, 2 %, sementara hipertensi berdasarkan pengukuran langsung sebesar 28,5 %. Sebanyak 2.760 orang pada umur lebih atau sama dengan 15 tahun di Provinsi Banten. Didapatkan sebanyak 74,5% mendapatkan edukasi pengobatan hipertensi, namun hanya sekitar 22,6 % minum obat teratur. Sementara 39,6 % tidak teratur minum obat dan 15,8 % tidak minum obat. Alasan ketidakpatuhan dalam minum obat antihipertensi pada kelompok umur lebih atau sama dengan 15 tahun di Provinsi Banten adalah merasa sehat (65,3%). Hal ini menggambarkan kurangnya pemahaman masyarakat mengenai penyakit hipertensi dan komplikasi yang berbahaya dari penyakit tersebut.

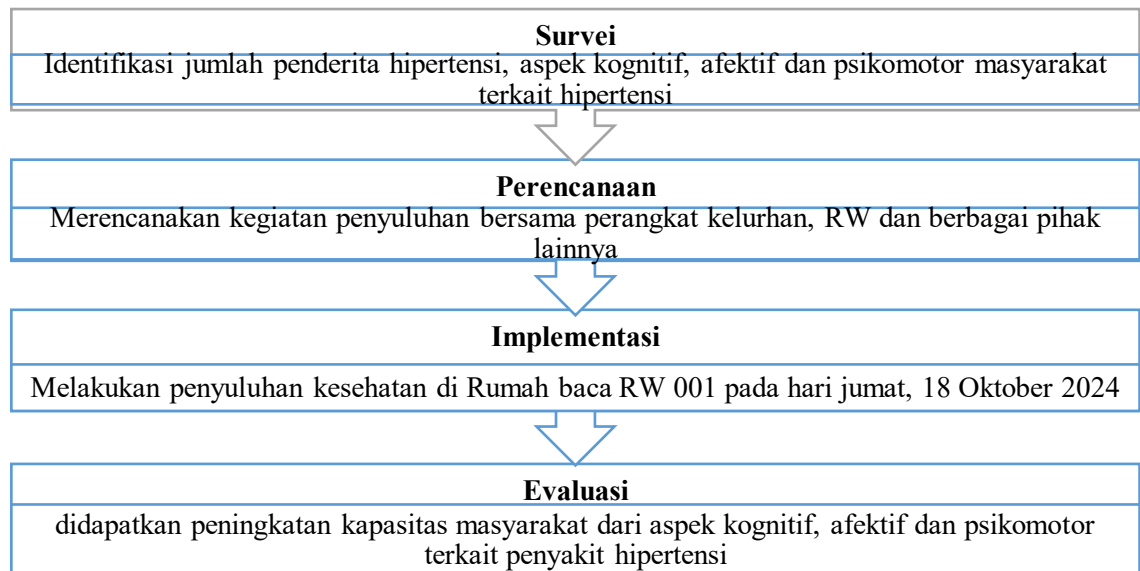
Berdasarkan survei yang dilakukan di RW 01 Kelurahan Poris Gaga, Kecamatan Batu Ceper Kabupaten Kota Tangerang kepada 87 kepala Keluarga (KK). Penyakit hipertensi merupakan penyakit dengan jumlah penderita paling banyak, yakni 87 orang (70,7%). Mayoritas masyarakat memiliki pengetahuan yang masih kurang mengenai hipertensi 67 orang (77%). Sebagian besar masyarakat memiliki perilaku yang kurang baik terhadap hipertensi 63 orang (79,7%), dan mayoritas masyarakat memiliki sikap yang kurang baik terhadap penyakit hipertensi 45 orang (51,7%), serta mayoritas masyarakat tidak teratur minum obat hipertensi (51.7%).

Berdasarkan latar belakang tersebut, program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang dilaksanakan di Kelurahan Poris Gaga diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam menurunkan prevalensi hipertensi melalui peningkatan kapasitas masyarakat melalui aspek pengetahuan, sikap dan perilaku. Upaya ini membutuhkan kerjasama yang baik antara tenaga kesehatan, pemerintah, dan masyarakat untuk mencapai hasil yang optimal

METODE

Metode pada pengabdian masyarakat ini diawali dengan survei untuk mengkaji jumlah masyarakat yang memiliki hipertensi, berikut dengan data dasar mengenai aspek pengetahuan, sikap, perilaku mengenai hipertensi. Dari awal tahap survei sampai dengan evaluasi akhir melibatkan partisipasi masyarakat dengan pendekatan *Participatory Action Research* (PAR). Dalam Upaya meningkatkan kapasitas Masyarakat mengenai penyakit hipertensi dilakukan kegiatan penyuluhan yang bertempat di rumah baca RW 04 Kelurahan Poris Gaga, Kecamatan Batu Ceper Kota Tangerang, dilaksanakan pada hari jumat, 14 Oktober 2024 pukul 14.00 sampai dengan 17.00 WIB, diikuti oleh 28 masyarakat yang mengalami hipertensi. Sebelum dilakukan penyuluhan masyarakat yang masuk dalam sasaran penyuluhan diukur tekanan darahnya serta pemeriksaan kesehatan lainnya. Kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan mengenai materi hipertensi dengan 2 topik pembahasan, yaitu materi mengenai hipertensi dan kepatuhan minum obat hipertensi. Metode yang digunakan pada penyuluhan antara lain:

1. Ceramah dan Diskusi Interaktif: penyuluhan dilakukan melalui ceramah yang memberikan informasi tentang: pengertian hipertensi, faktor risiko, tanda gejala, komplikasi, cara mencegah dan mengontrol hipertensi, pentingnya pengobatan dan pemeriksaan rutin secara berkala. Diskusi interaktif juga diadakan untuk memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya dan berbagi pengalaman
2. Leaflet Edukasi: Leaflet yang berisi informasi penting tentang pemahaman hipertensi, pengobatan dan pentingnya kontrol secara berkala dibagikan kepada masyarakat. Media ini bertujuan untuk memperkuat pesan yang disampaikan selama ceramah dan diskusi.



Gambar 1. Alur Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategori	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Laki - Laki	71	57.7%
Perempuan	52	42.3%
Total	123	100%

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa sebagian besar masyarakat di RW 001 berjenis kelamin Laki-Laki sebanyak 71 orang (57.7%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

Kategori	Frekuensi (N)	Presentase (%)
26-35 Tahun	26	21.1%
36-45 Tahun	42	34.1%
46-55 Tahun	28	22.8%
56-65 Tahun	16	13.0%
>65 Tahun	5	4.1%
Total	123	100%

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa sebagian besar masyarakat di RW 001 berusia 36-45 tahun sebanyak 42 orang (34.1%)

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Penyakit

Kategori	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Hipertensi	87	70.7%
ISPA	25	20.3%
Diabetes Militus	13	10.6%
Total	87	100%

Berdasarkan Tabel 3 penyakit yang terjadi di RW 001 Kelurahan Poris Gaga sebagian besar hipertensi sebanyak 87 orang (70,7%)

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Hipertensi

Kategori	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Baik	20	23%
Kurang Baik	67	77%
Total	87	100%

Berdasarkan tabel 4 sebagian besar masyarakat di RW 001 memiliki pengetahuan hipertensi kurang baik dengan jumlah 67 orang (77%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap Hipertensi

Kategori	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Baik	42	48.3%
Kurang Baik	45	51.7%
Total	87	100%

Berdasarkan tabel 5 menunjukan Sikap Hipertensi di RW 001 Kelurahan Poris Gaga sebagian besar kurang baik sebanyak 45 orang (51.7%)

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Perilaku Hipertensi

Kategori	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Baik	24	20.3%
Kurang Baik	63	79.7%
Total	87	100%

Berdasarkan tabel 6 menunjukan Perilaku Hipertensi di RW 001 Kelurahan Poris Gaga sebagian besar kurang baik sebanyak 63 orang (79.7%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Nilai Pre dan Post Tes Penyuluhan Hipertensi

Kategori	Pre test		Post test	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Baik	0	0	12	42,9
Cukup	16	57,1	14	50
Rendah	12	42,9	2	7,1
Total	28	100	28	100

Berdasarkan tabel 7 menunjukan nilai pre tes sebelum penyuluhan kategori pengetahuan rendah sebanyak 12 orang (42,9%) dan kategori baik (0%). Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan tingkat pengetahuan masyarakat meningkat dengan nilai rendah berkurang menjadi 2 orang (7,1%) dan kategori pengetahuan baik menjadi 12 orang (42,9%).



Gambar 2. Foto Kegiatan Penyuluhan

Kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi yang dilaksanakan di RW 001 Kelurahan Poris Gaga menunjukkan hasil yang positif. Berdasarkan evaluasi akhir, terjadi

peningkatan signifikan dalam pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat terkait pencegahan dan pengelolaan hipertensi. Dari aspek pengetahuan masyarakat yang mengalami peningkatan setelah mengikuti penyuluhan, kondisi ini sejalan dengan teori KAP (*Knowledge, Attitude, Practice*) yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan landasan utama dalam pembentukan sikap dan perubahan perilaku (Rosenstock et al., 1988). Dalam konteks ini, materi penyuluhan yang disampaikan dengan bahasa yang mudah dipahami serta penggunaan media visual dan interaktif menjadi kunci dalam membantu masyarakat memahami faktor risiko, tanda dan gejala, serta pentingnya pengelolaan hipertensi melalui kepatuhan dalam minum obat dan melakukan pengukuran tekanan darah secara berkala. Demikian pula yang dinyatakan oleh Sari et al. (2021) yang menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan lansia tentang hipertensi secara signifikan, terutama jika disampaikan dengan metode interaktif. Tambahan pula penelitian yang dilakukan oleh Samodra et al. (2025), menyatakan bahwa penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta secara signifikan mengenai pentingnya pola hidup sehat dalam pengendalian hipertensi.

Berdasarkan aspek sikap yang dievaluasi, terjadi peningkatan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara berkala dan perubahan gaya hidup sehat serta kepatuhan terhadap pengobatan. Hal ini sesuai dengan temuan penelitian oleh Nuryanti et al. (2021), yang menunjukkan bahwa intervensi edukatif berbasis komunitas mampu membentuk sikap positif dalam pengendalian hipertensi, terutama jika penyuluhan dilakukan secara langsung dan interaktif. Demikian pula penelitian oleh Dewi & Andriyani (2020) juga membuktikan bahwa edukasi kesehatan berbasis komunitas dapat membentuk sikap positif dan mendorong partisipasi aktif masyarakat dalam program pengendalian hipertensi.

Adapun perubahan dalam perilaku masyarakat, seperti mulai mengurangi konsumsi garam, meningkatkan aktivitas fisik, dan mematuhi pengobatan bagi penderita hipertensi, mencerminkan keberhasilan penyuluhan dalam mengubah praktik keseharian. Penelitian oleh Setyawan & Wahyuni (2022) menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan dan sikap yang positif terhadap hipertensi sangat berkorelasi dengan perubahan perilaku kesehatan yang berkelanjutan.

Efektivitas program ini juga dapat dijelaskan melalui pendekatan teori *Health Belief Model* (HBM), yang menekankan bahwa individu akan mengambil tindakan preventif terhadap penyakit jika mereka menyadari risiko penyakit tersebut (*perceived susceptibility*), memahami tingkat keparahannya (*perceived severity*), mengetahui manfaat tindakan preventif (*perceived benefit*), dan merasa mampu melakukannya (*self-efficacy*) (Champion & Skinner, 2008). Penyuluhan yang dilakukan berhasil meningkatkan semua aspek ini, sebagaimana tercermin dalam data evaluasi pasca-kegiatan. Secara keseluruhan, penyuluhan kesehatan ini efektif dalam meningkatkan kesadaran dan kemampuan masyarakat dalam mencegah dan mengendalikan hipertensi. Keberhasilan program ini juga menunjukkan pentingnya pendekatan berbasis edukasi masyarakat dalam menurunkan beban penyakit tidak menular seperti hipertensi di tingkat komunitas.

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di RW 001 Kelurahan Poris Gaga ini memberikan dampak yang signifikan dan positif terhadap masyarakat, khususnya dalam peningkatan aspek pengetahuan, pembentukan sikap yang positif, serta perubahan perilaku hidup sehat terkait pencegahan dan pengelolaan hipertensi.

Pertama peningkatan pengetahuan masyarakat, setelah kegiatan penyuluhan, masyarakat menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai hipertensi, termasuk: penyebab dan faktor risiko hipertensi (seperti konsumsi garam berlebihan, kurang olahraga, stres, dan pola makan tidak sehat, gejala dan bahaya hipertensi jika tidak ditangani, pentingnya minum obat secara teratur dan melakukan pemeriksaan tekanan darah rutin. Hal ini dibuktikan melalui evaluasi pre-test dan post-test yang menunjukkan peningkatan skor pengetahuan peserta secara signifikan. Pengetahuan yang meningkat menjadi dasar penting dalam mendorong perubahan sikap dan perilaku.

Kedua pembentukan sikap positif, sikap masyarakat terhadap hipertensi mengalami perubahan ke arah yang lebih baik. Banyak peserta yang sebelumnya menganggap hipertensi sebagai hal yang biasa dan tidak berbahaya, kini lebih menyadari bahwa hipertensi adalah kondisi serius yang perlu dicegah dan dikendalikan. Kegiatan diskusi interaktif selama penyuluhan membentuk kesadaran akan pentingnya menjaga tekanan darah, serta memotivasi peserta untuk lebih memperhatikan gaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dan rajin minum obat.

Ketiga perubahan perilaku kesehatan, salah satu dampak paling nyata dari kegiatan ini adalah perubahan perilaku masyarakat, yang ditunjukkan melalui: mulainya kebiasaan memeriksa tekanan darah secara rutin di posyandu atau puskesmas, pengurangan konsumsi makanan tinggi garam dan lemak, meningkatnya aktivitas fisik harian seperti berjalan kaki atau senam lansia, kepatuhan minum obat pada penderita hipertensi yang sebelumnya tidak teratur, perubahan ini menunjukkan bahwa masyarakat tidak hanya memahami informasi yang diberikan, tetapi juga mulai mengimplementasikannya dalam kehidupan sehari-hari, yang merupakan tujuan utama dari intervensi edukatif.

Secara keseluruhan, kegiatan PKM ini berdampak nyata dalam meningkatkan kapasitas masyarakat untuk mencegah dan mengendalikan hipertensi, baik melalui peningkatan literasi kesehatan maupun adopsi gaya hidup sehat. Dampak tersebut memperkuat peran penyuluhan kesehatan sebagai bentuk intervensi promotif dan preventif yang sangat relevan untuk diterapkan di berbagai komunitas, terutama di wilayah dengan prevalensi penyakit tidak menular yang tinggi.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan penyakit hipertensi yang dilakukan di RW 001 Kelurahan Poris Gaga Kecamatan Batu Ceper Kota Tangerang telah memberikan dampak positif dalam meningkatkan kapasitas masyarakat baik dari aspek pengetahuan, sikap dan perilaku terhadap hipertensi. Secara umum, PKM dapat mencapai tujuan yang diharapkan dalam meningkatkan kapasitas masyarakat mengenai penyakit hipertensi. Diharapkan masyarakat dapat konsisten dalam mengaplikasikan ilmu yang telah didapat dalam kehidupan sehari-hari, sehingga dapat menurunkan angka kejadian hipertensi dan mencegah komplikasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tangerang, LPPM UMT, Mahasiswa/I Ners UMT tahun 2024, ketua RW 001, Lurah Poris Gaga beserta kader dan seluruh warga yang telah mendukung kegiatan ini

REFERENSI

- Champion, V. L., & Skinner, C. S. (2008). *The health belief model*. In K. Glanz, B. K. Rimer, & K. Viswanath (Eds.), *Health behavior and health education: Theory, research, and practice* (4th ed., pp. 45–65). Jossey-Bass.
- Dewi, K., & Andriyani, F. D. (2020). The effect of community-based health education on hypertension prevention behavior among rural residents. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 8(1), 27–36.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Laporan Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kemenkes RI.
- Nuryanti, D., Prasetya, D. S., & Widodo, S. H. (2021). The effect of health education on knowledge, attitude, and behavior in preventing hypertension among rural communities in Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(3), 405–412. <https://doi.org/10.15294/kemas.v17i3.25600>
- Rosenstock, I. M., Strecher, V. J., & Becker, M. H. (1988). Social learning theory and the health belief model. *Health Education Quarterly*, 15(2), 175–183. <https://doi.org/10.1177/109019818801500203>
- Samodra, G., Santoso, C. B., Fitriani, A. W., Tri, M., & Swandari, K. (2025). Penyuluhan dan Edukasi Pengendalian Hipertensi Melalui Pola Hidup Sehat bagi Masyarakat Desa Penembangan Kecamatan Cilogok Kabupaten Banyumas. *Jurnal Pengabdian Cendikia*, 4(1), 20–26.
- Sari, R. P., Wulandari, L., & Ardi, Z. (2021). Health education improves knowledge and preventive behavior on hypertension among elderly. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 15(1), 18–24. <https://doi.org/10.24893/jkma.v15i1.445>
- Setyawan, A., & Wahyuni, I. (2022). Community-based health promotion improves lifestyle and hypertension prevention behavior: A quasi-experimental study. *Journal of Health Promotion and Behavior*, 7(1), 1–9. <https://doi.org/10.26911/thejhp.2022.07.01.01>
- WHO. (2023). Hypertension. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>

