

Penyuluhan Hipertensi Berbasis Komunitas dan Dampaknya terhadap Pengetahuan Warga di Kelurahan Bungkutoko

Community-Based Hypertension Counseling and Its Impact on Residents' Knowledge in Bungkutoko Subdistrict

Yulya Lasmita^{*1}, Efi Srinugraha², Dewi Sartiaka³, Delistiani⁴, Wartina Karamelka⁵, Apriani⁶, Riris Arisandi Agusalim⁷

Corresponding Author^{*1}:

¹Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia

Email: Yulyalasmita1@gmail.com

Wa Number: 085212345678

Info Artikel	ABSTRAK
Riwayat artikel Dikirim: Juli 1, 2025 Direvisi: Agustus 19, 2025 Diterima: September 23, 2025 Diterbitkan: September 30, 2025 Kata Kunci: Hipertensi Penyuluhan Promotif Preventif Masyarakat	Masalah hipertensi masih menjadi salah satu tantangan utama dalam bidang kesehatan masyarakat, terutama di wilayah perkotaan seperti Kelurahan Bungkutoko. Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko, gejala, dan pencegahan hipertensi menyebabkan rendahnya kesadaran terhadap pentingnya deteksi dini dan gaya hidup sehat. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang hipertensi melalui kegiatan penyuluhan sebagai upaya promotif dan preventif. Metode yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan secara langsung kepada masyarakat dengan pendekatan edukatif dan partisipatif, serta evaluasi <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Kegiatan dilaksanakan di wilayah kerja BLUD UPTD Puskesmas Nambo, khususnya di Kelurahan Bungkutoko, dengan sasaran masyarakat dewasa dan lanjut usia. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta mengenai hipertensi (<i>Pretest</i>=33,3%, <i>Posttest</i>= 76,7%) baik dari segi pemahaman tentang faktor risiko, pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara rutin, maupun penerapan pola hidup sehat. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah bahwa penyuluhan hipertensi terbukti efektif sebagai strategi promotif dan preventif untuk meningkatkan pemahaman dan perilaku masyarakat dalam mencegah dan mengendalikan hipertensi secara mandiri. ABSTRACT <i>Hypertension remains a major public health challenge, particularly in urban areas such as Bungkutoko Village. Lack of public knowledge regarding risk factors, symptoms, and prevention of hypertension leads to low awareness of the importance of early detection and a healthy lifestyle. This community service activity aims to increase public knowledge and awareness about hypertension through outreach activities as a promotive and preventive effort. The method used was direct health outreach to the community with an educational and participatory approach, as well as pre-test and post-test evaluations to measure the increase in participants' knowledge. The activity was carried out in the BLUD UPTD Nambo Health Center working area, specifically in Bungkutoko Village, targeting adults and the elderly. The results of the activity showed a significant increase in participants' knowledge about hypertension (Pretest = 33.3%, Posttest = 76.7%) both in terms of understanding of risk factors, the importance of regular blood pressure checks, and the implementation of a healthy lifestyle. The conclusion of this activity is that hypertension outreach has proven effective as a promotive and preventive strategy to increase community understanding and behavior in preventing and controlling hypertension independently.</i>

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan masyarakat secara global dan nasional. Menurut *World Health Organization*, hipertensi menjadi penyebab utama kematian prematur di dunia, dengan lebih dari 1 miliar orang menderita kondisi ini, dan hanya sebagian kecil yang terdiagnosis serta mendapatkan pengobatan yang tepat (WHO, 2021). Di Indonesia, berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi hipertensi mencapai 34,1%, yang menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun-tahun sebelumnya (Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), 2018). Masalah hipertensi menjadi semakin kompleks karena sering kali tidak disadari oleh penderitanya hingga terjadi komplikasi serius seperti stroke dan penyakit jantung.

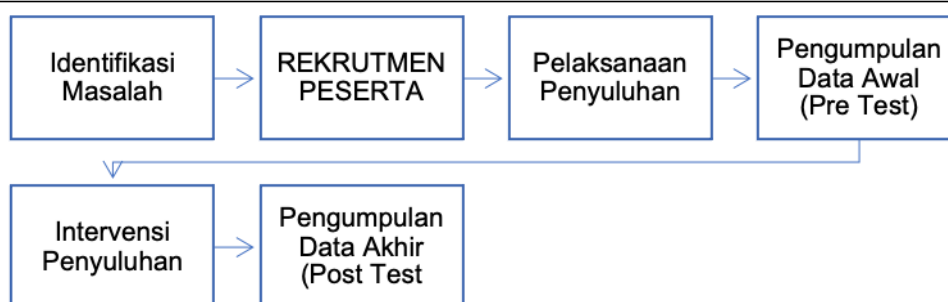
Di wilayah Kelurahan Bungkutoko, Kecamatan Nambo, Kota Kendari, fenomena ini juga terlihat nyata. Hasil pengamatan dan laporan dari pihak BLUD UPTD Puskesmas Nambo menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat belum memahami faktor risiko dan pentingnya deteksi dini hipertensi. Kurangnya kegiatan edukatif yang berkelanjutan menjadi salah satu penyebab rendahnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat dalam menjaga tekanan darah dan menerapkan pola hidup sehat. Berdasarkan data skrining kesehatan, dari total 1.254 orang yang diperiksa, ditemukan 327 kasus hipertensi, sehingga prevalensi hipertensi di wilayah ini mencapai 26,1%. Angka ini menunjukkan bahwa lebih dari seperempat penduduk yang diperiksa mengalami hipertensi, menandakan masalah kesehatan masyarakat yang cukup serius (Puskesmas Nambo, 2024).

Hal ini menimbulkan kesenjangan antara kebutuhan akan informasi kesehatan dengan akses dan pemahaman masyarakat terhadap hipertensi, sehingga diperlukan pendekatan yang tepat dan berkelanjutan. Beberapa penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan memiliki dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku masyarakat terkait pencegahan hipertensi (Karini, Syahrir, Lestari, dan Mardiah, 2022). Namun, sebagian besar kajian masih bersifat umum dan belum banyak dilakukan di wilayah dengan karakteristik sosial ekonomi seperti Kelurahan Bungkutoko. Dengan demikian, diperlukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berbasis riset untuk menjawab permasalahan lokal ini secara lebih kontekstual.

Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat di Kelurahan Bungkutoko mengenai hipertensi melalui kegiatan penyuluhan sebagai bentuk upaya promotif dan preventif. Kegiatan ini diharapkan dapat menjembatani kesenjangan informasi serta mendorong masyarakat untuk berperan aktif dalam pencegahan dan pengendalian hipertensi.

METODE PENELITIAN

Pengabdian ini menggunakan metode penyuluhan berbasis riset dengan pendekatan *Health Belief Model* (HBM) untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap hipertensi (Putri, Fatati, dan Maliya, 2025). Sasaran kegiatan adalah masyarakat Kelurahan Bungkutoko dengan jumlah peserta 30 orang. Kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan: persiapan modul, sosialisasi, pelaksanaan *pre-test*, penyuluhan, *post-test*, observasi, dan wawancara. Data dikumpulkan secara kuantitatif (*pre-posttest*) dan kualitatif (observasi dan wawancara). Analisis data dilakukan dengan *paired t-test* untuk melihat peningkatan pengetahuan, serta analisis tematik untuk data kualitatif. Penyuluhan ini terbukti efektif sebagai upaya promotif dan preventif kesehatan masyarakat berbasis teori perilaku.



Gambar 1. Diagram Alir Proses Penyuluhan Hipertensi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan penyuluhan hipertensi diikuti oleh 30 orang peserta yang seluruhnya adalah perempuan. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi sebagai upaya promotif dan preventif terhadap risiko penyakit tidak menular.

Tabel 1. Distribusi Skor Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Pengetahuan	Pre-Test		Post-Test	
	n	%	n	%
Buruk	20	66,7	7	76,7
Baik	10	33,3	23	23,3
Jumlah	30	100	30	100

Sumber : Data Primer. 2025

Pada saat pre-test, diketahui bahwa mayoritas responden, yakni sebanyak 20 orang dari total 30 peserta atau sekitar 66,67%, berada dalam kategori pemahaman “buruk”, yang menunjukkan bahwa pemahaman mereka tentang hipertensi masih sangat terbatas. Keterbatasan ini mencakup minimnya pemahaman mengenai berbagai aspek penting dari hipertensi, termasuk tetapi tidak terbatas pada pengertian dasar hipertensi, faktor-faktor risiko yang berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah, gejala-gejala klinis yang mungkin muncul, komplikasi yang dapat ditimbulkan jika tidak ditangani dengan tepat, serta strategi atau langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan baik secara individu maupun kolektif dalam lingkungan keluarga dan komunitas (Kemenkes RI, 2023). Kondisi tersebut sangat mengkhawatirkan, mengingat hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang paling umum dan menjadi penyebab utama morbiditas dan mortalitas di berbagai belahan dunia, termasuk di Indonesia (WHO, 2023). Ketidaktahuan masyarakat terhadap penyakit ini dapat menghambat upaya pencegahan dini dan mengakibatkan keterlambatan dalam penanganan, yang pada akhirnya dapat memperburuk kondisi kesehatan individu yang bersangkutan. Oleh karena itu, penyuluhan menjadi strategi penting dalam menyampaikan informasi yang benar, berbasis bukti, dan mudah dipahami oleh masyarakat awam (Rahmawati dan Lestari, 2022).

Setelah kegiatan penyuluhan dilaksanakan, terjadi perubahan yang sangat positif terhadap tingkat pemahaman peserta, sebagaimana tercermin dalam hasil post-test yang menunjukkan bahwa sebanyak 23 orang peserta atau sekitar 76,67% telah berada dalam kategori pemahaman “baik”. Peningkatan sebesar 43,34% dari pre-test ke post-test ini tidak hanya menunjukkan efektivitas pendekatan edukatif yang digunakan selama kegiatan berlangsung, tetapi juga menjadi indikator yang kuat bahwa penyampaian materi penyuluhan berhasil diterima dan dipahami oleh sebagian besar peserta. Hal ini mengindikasikan bahwa kegiatan pengabdian ini telah berhasil menjawab tujuan utamanya, yaitu untuk meningkatkan literasi dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya deteksi dini, pengendalian, serta pencegahan penyakit hipertensi (Suryani dan Putra, 2024).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	n	%
Umur (Tahun)		
≤ 45	6	20
45-59	11	36,67
≥ 60	13	43,33
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	0	0
Perempuan	30	100
Pendidikan		
SD	2	6,67
SMP	16	53,33
SMA	12	40
Perguruan Tinggi	0	0
Total	30	100,0

Sumber : Data Primer. 2025

Mayoritas peserta dalam kegiatan penyuluhan ini berada dalam kelompok usia ≥ 60 tahun, yaitu sebanyak 43,33% dari total responden. Kelompok usia lanjut secara klinis dan epidemiologis termasuk dalam kategori berisiko tinggi terhadap hipertensi, karena proses fisiologis penuaan menyebabkan peningkatan resistensi vaskular perifer dan perubahan elastisitas pembuluh darah yang berkontribusi terhadap tekanan darah tinggi (Zhou dkk., 2022). Temuan ini selaras dengan data global yang dipublikasikan oleh *World Health Organization* (WHO, 2023), yang menyebutkan bahwa prevalensi hipertensi meningkat secara signifikan pada individu berusia 60 tahun ke atas, dengan risiko komplikasi yang lebih tinggi dibandingkan kelompok usia produktif. Oleh karena itu, keberadaan kelompok lansia sebagai mayoritas peserta dalam program ini justru merupakan keunggulan strategis, karena menjangkau populasi dengan kebutuhan edukasi kesehatan yang tinggi dan relevan.

Lebih lanjut, seluruh responden dalam kegiatan ini adalah perempuan (100%). Dominasi peserta perempuan membuka peluang strategis dalam penguatan edukasi kesehatan berbasis keluarga. Secara sosial dan budaya, perempuan sering kali memegang peran sentral dalam pengelolaan kesehatan rumah tangga, termasuk dalam perencanaan makanan, pengawasan pengobatan anggota keluarga, serta penerapan gaya hidup sehat. Hal ini diperkuat oleh hasil studi Rahmani dan Sari (2023) yang menyatakan bahwa pemberdayaan perempuan dalam program promosi kesehatan mampu meningkatkan keberhasilan intervensi di tingkat komunitas, terutama dalam konteks pencegahan penyakit tidak menular. Dengan meningkatnya pengetahuan perempuan tentang hipertensi, diharapkan terjadi efek ganda, yakni tidak hanya peningkatan pemahaman individual tetapi juga pengaruh positif terhadap perilaku kesehatan anggota keluarga lainnya.

Selain faktor usia dan jenis kelamin, distribusi pendidikan responden juga memberikan gambaran penting mengenai tantangan dalam penyampaian informasi kesehatan. Sebagian besar responden memiliki latar belakang pendidikan menengah pertama (SMP) sebanyak 53,33%, diikuti oleh SMA sebanyak 40%, dan hanya 6,67% yang berpendidikan SD. Tidak ada satu pun peserta yang menempuh pendidikan tinggi. Kondisi ini mencerminkan bahwa sebagian besar masyarakat sasaran memiliki kapasitas literasi yang mungkin terbatas, yang dapat berdampak pada pemahaman terhadap informasi medis yang kompleks. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian Lestari dkk. (2022), yang menyebutkan bahwa rendahnya tingkat pendidikan berkorelasi dengan rendahnya literasi kesehatan, yang pada gilirannya dapat menghambat pemahaman terhadap pesan-pesan promosi kesehatan yang disampaikan secara teknis. Oleh karena itu, pendekatan yang digunakan dalam penyuluhan ini telah disesuaikan dengan karakteristik peserta, yakni dengan penyampaian materi menggunakan bahasa yang sederhana, ilustrasi visual yang kontekstual, serta metode komunikasi dua arah yang memungkinkan peserta aktif bertanya dan berdiskusi.

Dengan mempertimbangkan tiga karakteristik utama responden usia lanjut, perempuan,

dan tingkat pendidikan menengah ke bawah, penyuluhan ini menunjukkan bahwa intervensi edukatif yang dirancang secara tepat sasaran mampu menjangkau kelompok yang rentan secara kesehatan namun strategis dalam konteks sosial. Pelibatan kelompok ini secara aktif dalam kegiatan penyuluhan bukan hanya relevan, melainkan juga esensial dalam upaya menurunkan beban penyakit hipertensi di tingkat komunitas.

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan hipertensi berhasil meningkatkan pemahaman dan pengetahuan peserta secara signifikan, terutama mengenai definisi, faktor risiko, gejala, komplikasi, serta pencegahan hipertensi. Meskipun mayoritas peserta memiliki latar belakang pendidikan rendah, penyuluhan yang disampaikan dengan metode komunikatif dan bahasa sederhana dapat diterima dengan baik. Temuan ini menegaskan efektivitas intervensi edukatif sebagai strategi promotif dan preventif dalam menanggulangi hipertensi, yang merupakan salah satu penyakit tidak menular utama dengan dampak kesehatan yang serius di masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing atas bimbingan, arahan, dan masukan konstruktif yang telah diberikan selama proses perencanaan hingga pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kepala Desa dan Kepala Puskesmas setempat atas dukungan fasilitatif serta kerja sama yang telah memungkinkan terselenggaranya kegiatan penyuluhan dengan baik. Penghargaan turut diberikan kepada seluruh peserta yang telah berpartisipasi aktif, serta kepada rekan-rekan yang telah membantu secara teknis dan administratif dalam mendukung kelancaran kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Karini, N., Syahrir, W., Lestari, F., & Mardiah, S. (2022). Penyuluhan kesehatan dan dampaknya terhadap perilaku pencegahan hipertensi. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 17(2), 145–154. <https://doi.org/10.20473/jpk.v17i2>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil kesehatan Indonesia 2022*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lestari, A., Putri, H., & Nugraha, R. (2022). Health literacy and education level: Implications for community health promotion. *Journal of Community Health Research*, 11(3), 201–210. <https://doi.org/10.18502/jchr.v11i3>
- Puskesmas Nambo. (2024). *Laporan skrining hipertensi Kelurahan Bungkutoko*. Kendari: BLUD UPTD Puskesmas Nambo.
- Putri, D. A., Fatati, S., & Maliya, A. (2025). Penyuluhan berbasis Health Belief Model dalam pencegahan hipertensi. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 33–41.
- Rahmawati, Y., & Lestari, D. (2022). Strategi penyuluhan kesehatan berbasis bukti untuk pencegahan hipertensi. *Indonesian Journal of Health Promotion*, 14(1), 45–53. <https://doi.org/10.20473/ijhp.v14i1>
- Rahmani, N., & Sari, D. (2023). Women empowerment and health promotion in preventing non-communicable diseases. *Global Health Promotion*, 30(2), 89–98. <https://doi.org/10.1177/17579759231100321>
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.
- Suryani, E., & Putra, A. (2024). Efektivitas edukasi kesehatan terhadap peningkatan literasi hipertensi di komunitas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nusantara*, 12(1), 77–86.

World Health Organization. (2023). Hypertension fact sheet. Geneva: WHO.
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>

Zhou, B., et al. (2022). Global epidemiology of hypertension in older adults: Patterns and implications. The Lancet Public Health, 7(9), e744–e756.
[https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(22\)00155-3](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(22)00155-3)