

PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG PENYAKIT HIPERTENSI PADA MASYARAKAT DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MARIAT KOTA SORONG

Butet Agustarika¹, Rizqi Alvian Fabanyo², Yogik Setia Anggreini³

¹ Diploma III Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Sorong, Indonesia

^{2,3} Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Sorong, Indonesia

Email corresponden author: ikhyfabanyo94@gmail.com

DOI

Abstrak

Penyakit hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang signifikan dan dapat mempengaruhi kualitas hidup masyarakat. Pemahaman yang baik tentang hipertensi, termasuk penyebab, tanda, dan gejalanya, sangat penting untuk pencegahan dan pengelolaan penyakit ini. Tujuan kegiatan Pengabdian Masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai penyakit hipertensi, serta memberikan edukasi tentang pentingnya pola hidup sehat dan langkah-langkah pencegahan hipertensi. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini meliputi ceramah, tanya jawab, dan pembagian materi edukasi tentang hipertensi. Selain itu, dilakukan juga pemeriksaan kesehatan untuk memantau tekanan darah dan memberikan informasi mengenai pentingnya pemeriksaan rutin. Hasil Pengabdian Masyarakat menunjukkan bahwa peserta, terutama lansia, mendapatkan pengetahuan baru tentang hipertensi, termasuk cara mengenali gejala dan pentingnya kontrol kesehatan. Data yang diperoleh menunjukkan bahwa banyak peserta yang sebelumnya kurang memahami penyakit ini, namun setelah kegiatan, mereka lebih sadar akan pentingnya pencegahan dan pengelolaan hipertensi.

Abstract

Hypertension is a significant public health issue that can adversely affect individuals' quality of life. A comprehensive understanding of hypertension—including its causes, signs, and symptoms—is essential for effective prevention and management. The primary objective of this community service activity was to enhance public knowledge about hypertension and to provide education on the importance of healthy lifestyle practices and preventive measures. The methods employed in this program included lectures, interactive discussions, and the distribution of educational materials on hypertension. Additionally, health screenings were conducted to monitor participants' blood pressure and emphasize the importance of routine health checks. The outcomes of the program indicated that participants, particularly the elderly, gained new knowledge about hypertension, including symptom recognition and the significance of regular health monitoring. Data collected revealed that many participants initially had limited understanding of the condition; however, following the intervention, there was an increased awareness of the importance of hypertension prevention and management.

Informasi Artikel

Riwayat Artikel

Diterima: 28 07 2025

Disetujui: 13 08 2025

Publikasi online: 25 10 2025

Kata Kunci :

Pendidikan Kesehatan;
Hipertensi

BARCODE

Article Info

Article history :

Received : July 28, 2025

Approved : August 13, 2025

Published online : October 25, 2025

Keyword:

Health Education; Hypertension

CC ARTIKEL

A. LATAR BELAKANG

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan masalah yang ditemukan pada masyarakat baik di negara maju maupun berkembang termasuk Indonesia Hipertensi merupakan suatu keadaan meningkatnya tekanan darah sistolik lebih dari sama dengan 140 mmHg dan diastolik lebih dari sama dengan 90 mmHg. Hipertensi dapat diklasifikasikan menjadi dua jenis yaitu hipertensi primer atau esensial yang penyebabnya tidak diketahui dan hipertensi sekunder yang dapat disebabkan oleh penyakit ginjal, penyakit endokrin, penyakit jantung, dan gangguan anak ginjal Hipertensi seringkali tidak menimbulkan gejala, sementara tekanan darah yang terus-menerus tinggi dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan komplikasi Oleh karena itu, hipertensi perlu dideteksi dini yaitu dengan pemeriksaan tekanan darah secara berkala (Sidabutar, 2009).

Berdasarkan data dari WHO tahun 2000, menunjukkan sekitar 972 juta orang atau 26,4% penduduk dunia menderita hipertensi, dengan perbandingan 50,54% pria dan 49,49% wanita. Jumlah ini cenderung meningkat tiap tahunnya (Ardiansyah, 2012) Data statistik dari *Nasional Health Foundation* di Australia memperlihatkan bahwa sekitar 1200.000 orang Australia (15% penduduk dewasa di Australia) menderita hipertensi Besarnya penderita di negara barat seperti, Inggris, Selandia Baru, dan Eropa Barat juga hampir 15% (Maryam, 2008) Di Amerika Serikat 15% ras kulit putih pada usia 18-45 tahun dan 25-30% ras kulit hitam adalah penderita hipertensi (Miswar, 2004).

Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia tercatat mencapai 34,1% pada kelompok usia dewasa. Angka ini menunjukkan peningkatan yang signifikan dibandingkan dengan data sebelumnya pada tahun 2013, yang mencatatkan prevalensi 25,8%. Meningkatnya prevalensi ini menjadi tantangan besar bagi sistem kesehatan di Indonesia, terutama dalam hal pencegahan dan pengelolaan hipertensi secara tepat.

Di daerah Sorong, Papua Barat, meskipun data spesifik tentang prevalensi hipertensi di wilayah tersebut belum sepenuhnya terungkap, namun berdasarkan laporan dari Puskesmas Mariat pada tahun 2024, terdapat 352 lansia yang terdiagnosis hipertensi. Angka ini menunjukkan bahwa hipertensi sudah menjadi masalah kesehatan yang perlu diwaspadai, terutama di kalangan lansia yang memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalaminya. Kondisi ini diperburuk dengan kurangnya pengetahuan mengenai hipertensi dan pengelolaannya, serta akses terbatas ke layanan kesehatan yang memadai.

Berdasarkan data dari Puskesmas Mariat tahun 2024 jumlah penderita hipertensi sebanyak 352 lansia. Angka kejadian hipertensi ini menunjukkan bahwa penyakit hipertensi menjadi prioritas utama masalah kesehatan yang terjadi di wilayah tersebut. Penyakit hipertensi ini bagi masyarakat sangat penting untuk dicegah dan diobati. Hal ini dikarenakan dapat menjadi pencetus terjadinya stroke yaitu kerusakan pembuluh darah di otak.



Peningkatan prevalensi hipertensi di Indonesia, termasuk di daerah Sorong, sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain perubahan pola makan yang cenderung lebih tinggi konsumsi garam dan makanan olahan, gaya hidup yang kurang aktif, serta tingginya tingkat stres. Faktor lingkungan juga turut berkontribusi, seperti kesulitan dalam mengakses fasilitas kesehatan di daerah pedesaan atau wilayah yang lebih terpencil. Oleh karena itu, hipertensi sering kali tidak terdeteksi sejak dini dan dibiarkan berkembang tanpa pengobatan yang tepat.

Hipertensi pada dasarnya mengurangi harapan hidup para penderitanya. Penyakit ini menjadi muara beragam penyakit degeneratif yang bisa mengakibatkan kematian. Hipertensi selain mengakibatkan angka kematian yang tinggi juga berdampak kepada mahalannya pengobatan dan perawatan yang harus ditanggung para penderitanya. Perlu pula diingat hipertensi berdampak pula bagi penurunan kualitas hidup. Bila seseorang mengalami tekanan darah tinggi dan tidak mendapatkan pengobatan secara rutin dan pengontrolan secara teratur, maka hal ini akan membawa penderita ke dalam kasus-kasus serius bahkan kematian. Tekanan darah tinggi yang terus menerus mengakibatkan kerja jantung ekstra keras, akhirnya kondisi ini berakibat terjadi kerusakan pembuluh darah jantung, ginjal, otak dan mata. Kurangnya pengetahuan akan mempengaruhi pasien hipertensi untuk dapat mengatasi kekambuhan atau melakukan pencegahan agar tidak terjadi komplikasi.

Hal ini dikarenakan sebagian besar penderita hipertensi lansia bertempat tinggal di pedesaan dan pendidikannya masih rendah. Pendidikan yang rendah pada pasien hipertensi lansia tersebut mempengaruhi tingkat pengetahuan mengenai penyakit hipertensi secara baik. Pengetahuan pasien hipertensi lansia yang kurang ini berlanjut pada kebiasaan yang kurang baik dalam hal perawatan hipertensi. Lansia tetap mengonsumsi garam berlebih, kebiasaan minum kopi merupakan contoh bagaimana kebiasaan yang salah tetap dilaksanakan. Pengetahuan yang kurang dan kebiasaan yang masih kurang tepat pada lansia hipertensi dapat mempengaruhi motivasi lansia dalam berobat (ff, 2006).

Penelitian Mubin dkk (2010) tentang Karakteristik dan Pengetahuan Pasien dengan Motivasi Melakukan Kontrol Tekanan Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Sragi 1 Pekalongan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penderita hipertensi paling sering terjadi pada usia 60 tahun, perempuan, pendidikan SD, bekerja sebagai buruh/petani dan berpengetahuan sedang. Tidak ada hubungan yang signifikan antara karakteristik pasien dengan motivasi kontrol tekanan darah. Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan motivasi kontrol tekanan darah. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dengan metode wawancara terhadap 11 lansia di Puskesmas Kerjo Karanganyar pada bulan Juni 2012, didapatkan data 7 lansia mengatakan kurang mengetahui penyebab, tanda dan gejala hipertensi. Lansia menyatakan hanya merasakan keluhan seperti pusing dan mual.



Pasien juga menyatakan bahwa jarang melakukan kontrol ke puskesmas, karena pasien merasa sehat dan tidak merasakan pusing-pusing sehingga tidak melakukan kontrol ke puskesmas. Selain itu jarak rumah yang cukup jauh dengan puskesmas menjadikan pasien hipertensi lansia enggan untuk kontrol pengobatan. Berbeda halnya dengan 4 lansia penderita hipertensi pertanyaan yang diajukan mengenai pengertian, tanda dan gejala hipertensi keempat lansia tersebut dapat menjawab tetapi pasien hipertensi tidak selalu kontrol ke puskesmas sesuai jadwal

Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka dilakukan suatu kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang Pendidikan Kesehatan Tentang Penyakit Hipertensi Pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Mariat Kota Sorong yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Mariat Kota Sorong terkait penyakit hipertensi.

B. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian berupa edukasi tentang penyakit hipertensi. Adapun jumlah peserta yang hadir dalam kegiatan berjumlah 30 peserta yang merupakan masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Mariat. Adapun tahapan langkah pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini, identifikasi permasalahan dan kebutuhan mitra dilakukan melalui studi pendahuluan di lokasi kegiatan. Selanjutnya, rencana kegiatan disusun berdasarkan hasil analisis situasi. Materi pendidikan kesehatan dirancang bersama dengan media pendukung seperti PowerPoint, leaflet, dan poster. Terakhir, koordinasi dilakukan dengan pihak Puskesmas Mariat untuk memperoleh izin pelaksanaan kegiatan dan memastikan ketersediaan fasilitas yang mendukung.

2. Tahap Pelaksanaan

Pemberian pendidikan kesehatan tentang penyakit hipertensi pada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Mariat. Serta dilakukannya Pre-Post Test Pengetahuan peserta yang dilaksanakan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang penyakit hipertensi menggunakan kuesioner.

3. Tahap Evaluasi

Setelah kegiatan pendidikan kesehatan selesai diberikan, kemudian dilakukan evaluasi.

4. Tahap Tindak Lanjut

Tahap ini bertujuan memastikan keberlanjutan program setelah selesai dilaksanakan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan dengan empat tahap: persiapan, pelaksanaan, evaluasi, dan tindak lanjut.



1. Tahap Persiapan

Sebelum melaksanakan kegiatan, langkah awal yang dilakukan adalah melakukan survey tempat kegiatan, diskusi dengan Kepala Puskesmas Mariat dan tokoh masyarakat setempat tentang kegiatan yang akan dilaksanakan. Selain itu di tahap persiapan juga dilakukan persiapan sarana dan prasarana untuk mendukung pelaksanaan penelitian.

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 4 Mei 2024 pukul 09.00 WIT - 12.00 WIT di Puskesmas Mariat yang dihadiri oleh 30 peserta yang terdiri dari masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Mariat. Pelaksanaan kegiatan berlangsung dengan antusiasme yang tinggi dari peserta. Sesi pertama kegiatan diawali dengan memperkenalkan diri, sesi kedua membagikan kuesioner untuk mengukur pengetahuan masyarakat tentang pengetahuan tentang Penyakit Hipertensi. Kemudian dilanjutkan sesi ketiga dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang penyakit hipertensi dengan metode penyuluhan. Kemudian dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab bersama masyarakat. Dan sesi terakhir yaitu pembagian dan pengisian kuesioner post test pengetahuan untuk mengukur sejauh mana perubahan tingkat pengetahuan masyarakat setelah pemberian pendidikan kesehatan tentang penyakit hipertensi.

3. Tahap Evaluasi

Pada kegiatan ini evaluasi dilaksanakan Menggunakan Kuesioner pengetahuan masyarakat tentang pengetahuan penyakit hipertensi. Kuesioner diberikan sebelum dan setelah pemberian pendidikan kesehatan tentang penyakit hipertensi.

Hasil evaluasi Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Puskesmas Mariat berjalan dengan lancar pengetahuan masyakat mengalami peningkatan tentang penyakit hipertensi. Hasil evaluasi tingkat pengetahuan masyarakat dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Pre-Post Tes tentang Penyakit Hipertensi Pada Masyarakat di wilayah Kerja Puskesmas Mariat

Tingkat Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	F	%	F	%
Baik	0	0	17	56,6
Cukup	6	20,0	13	43,3
Kurang	24	80,0	0	0
Total	30	100,0	30	100,0

Luaran yang diharapkan dan telah tercapai dalam kegiatan ini sangat signifikan. Salah satunya adalah adanya peningkatan pengetahuan masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Mariat mengenai penyakit hipertensi yang ditunjukkan dalam hasil pretest dan posttest pada tabel di atas.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Handayani dkk (2024) menunjukkan bahwasannya sebagian besar responden hipertensi memiliki pengetahuan yang cukup



sebelum intervensi, dengan total 20 orang (60,6%). Dan mayoritas peserta yang menderita hipertensi menunjukkan pengetahuan yang baik setelah dilakukan intervensi, dengan jumlah responden yang mencapai 26 orang atau 78,8% (Handayani et al., 2024).

Hal ini juga sejalan dengan hasil pengabdian Wahyuni dkk (2021) yang menunjukkan bahwa Pengetahuan peserta tentang hipertensi dan terapi komplementer sebelum dilakukan penyuluhan masih kurang dan sangat minim terlihat jelas dari 43% peserta yang mengetahu tentang penyakit hipertensi. Ketika diberikan pendidikan kesehatan dan penyampaian materi serta diskusi tentang hipertensi dan terapi komplementer, peserta dapat lebih mengetahui penyakit hipertensi dengan terjadi peningkatan 82% peserta mengetahui tentang hipertensi (Wahyuni et al., 2021).

Informasi dapat membantu mempercepat seseorang untuk memperoleh pengetahuan. Berbagai macam informasi yang didapat oleh masyarakat terutama masalah penyakit hipertensi akan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat. Salah satu informasi yang didapatkan adalah penyuluhan atau pendidikan kesehatan yang diberikan oleh peneliti sehingga pengetahuan klien menjadi baik semua. Promosi kesehatan yang dilakukan dengan metode pendidikan kesehatan tentang hipertensi dan faktor risiko akibat dari hipertensi. Semakin meningkatnya pengetahuan pasien tentang hipertensi akan mendorong seseorang untuk berperilaku yang lebih baik dalam mengontrol hipertensi sehingga tekanan darahnya tetap terkendali, pengetahuan pasien mengenai hipertensi juga berpengaruh pada kepatuhan pasien dalam melakukan pengobatan (Retnaningsih & Larasati, 2021). Oleh karena itu, pendidikan kesehatan merupakan langkah strategis dalam pencegahan penyakit tidak menular seperti hipertensi karena mampu meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan kepatuhan masyarakat dalam menjalani gaya hidup sehat dan pengobatan secara teratur (Parlaungan et al., 2024).

4. Tahap Tindak Lanjut

Untuk memastikan keberlanjutan dampak dari kegiatan, tim pengabdian akan melakukan pemantauan berkala melalui koordinasi dengan petugas Puskesmas Mariat serta kader kesehatan setempat guna melanjutkan edukasi dan pemantauan tekanan darah masyarakat secara rutin. Selain itu, materi edukasi akan diserahkan sebagai bahan informasi yang dapat digunakan dalam kegiatan posbindu dan penyuluhan selanjutnya.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) dengan judul "Pendidikan Kesehatan tentang Penyakit Hipertensi pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Mariat Kota Sorong" telah terlaksana dengan baik. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi, termasuk faktor risiko, pencegahan, dan pengelolaannya. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terdapat peningkatan pemahaman peserta mengenai pentingnya deteksi dini, pengendalian tekanan darah, serta



gaya hidup sehat dalam mencegah hipertensi. Antusiasme peserta dan dukungan dari pihak Puskesmas Mariat menjadi faktor pendukung keberhasilan kegiatan ini.

Sebagai saran, diharapkan kegiatan serupa dapat dilakukan secara berkelanjutan melalui kerja sama dengan puskesmas dan kader kesehatan, serta disertai pemantauan rutin tekanan darah masyarakat guna menurunkan risiko hipertensi dan meningkatkan kualitas hidup.

E. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Poltekkes Kemenkes Sorong dan Puskesmas Mariat Kota Sorong yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada seluruh peserta kegiatan, yaitu masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Mariat, yang telah berpartisipasi aktif dan meluangkan waktu untuk mengikuti pendidikan kesehatan serta menjadi responden dalam kegiatan ini.

F. DAFTAR RUJUKAN

- Aziza, Lucky. 2007. *Hipertensi The Silent Killer*. Jakarta. Yayasan Penerbitan Ikatan Dokter Indonesia
- Arif. 2009. *Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler*. Jakarta. Salemba Medika Suyono,
- Arpenito, Lynda Juall. 2009. *Diagnosa Keperawatan Aplikasi pada Praktek Klinis*. Edisi IX Alih Bahasa. Kusri N Semarwati Kadar Jakarta Buku Kedokteran EGC.
- Ariana, R. (2022). Gambaran pengetahuan penderita hipertensi patuh minum obat di RSUP h ADAM MALIK KEDIRI tahun 2022. 1–23.
- Djianti, Wajan. 2011. *Keperawatan Kardiovaskular*. Jakarta: Salemba Medika Kowalski, Robert 2010
- Doenges. Marylln E. 2003 *Rencana Asuhan Keperawatan Edisi 3 Alih Bahasa Yasmin Asih Jakarta EGC*Jennifer, Kowalak.
- Handayani, S., Untari, I., & Susilowati, W. R. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi Dengan Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan Penderita Hipertensi Pendahuluan Hipertensi ialah salah satu jenis penyakit yang tidak menular dan sering dijuluki sebagai " silent killer " karena perkembangannya. *Jurnal Cahaya Mandalika*, 5(2), 746–755.
- Parlaungan, J., Fabanyo, R. A., & Mustamu, A. C. (2024). Edukasi Cerdik sebagai upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Klasaman Kota Sorong. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(10), 4560–4575. <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i10.16911>
- Retnaningsih, D., & Larasati, N. (2021). Peningkatan pengetahuan tentang hipertensi dengan metode pendidikan kesehatan di lingkungan masyarakat. *Community Development Journal*, 2(2), 378–382.
- Rani Ekawati, 2009. *Terapi Hipertensi Program 8 minggu Menurunkan Tekanan Darah Tinggi Alih Bahasa*. Bandung Qanita Mizan PustakaProfil Kesehatan Jawa Tengah.

Diunduh dari <http://www>.

Slamet 2003 Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Edisi ke 3 Jakarta Balai Penerbit FKUIU

Smeltzer dan Bare 2002 Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. Alih Bahasa Yasmin Asih
Jakarta Buku Kedokteran EGCC

Welsh, Williams 2011 Buku Ajar Patofisiologi Alih Bahasa Andry Hartono. Jakarta: Buku
Kedokteran EGC Muttaqin,

Wahyuni, A., Juwita, L., Rahmiwati, & Oktorina, R. (2021). Pendidikan Kesehatan Tentang
Hipertensi dan Terapi Komplementer. *Journal of Community Health Development*, 2(2),
27–31. <https://doi.org/https://doi.org/10.20884/1.jchd.2021.2.2.3557>

