



## **Peningkatan Pengetahuan Hipertensi Melalui Penyuluhan Pada Lansia Di Pekan Kuala**

**Wahyudi<sup>1\*</sup>, Anggun Nabila Ode<sup>1</sup>, Aldi Syahputra Nasution<sup>1</sup>, Rizka Sahilla<sup>1</sup>, Salshabila Azzahra Sirait<sup>1</sup>, Sri Wahdina Tanjung<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Sarjana Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan, Sumatera Utara, Indonesia  
\*E-mail: [apt.wahyudi@uinsu.ac.id](mailto:apt.wahyudi@uinsu.ac.id)

Received: 26 Agustus 2024

Accepted: 31 Agustus 2024

Published: 31 Agustus 2024

### **Abstract**

The incidence of hypertension in Indonesia increases significantly every year, especially in the elderly. Elderly knowledge about hypertension is still limited and compliance with drug therapy is low, potentially resulting in serious complications and death. Therefore, counseling about hypertension is very necessary, as conducted in this study in Pekan Kuala. This study aims to improve the elderly's understanding of hypertension and how to handle it through counseling. The method used in implementing community service activities is counseling about preventing hypertension. The pretest results showed that 60% of the 50 elderly had poor knowledge about hypertension, while the posttest showed that 70% of respondents had good knowledge, indicating an increase in knowledge after counseling.

**Keywords:** Hypertension, Elderly, Knowledge, Counseling.

### **Abstrak**

Angka kejadian hipertensi di Indonesia meningkat signifikan setiap tahun, khususnya pada lansia. Pengetahuan lansia mengenai hipertensi masih terbatas dan kepatuhan terhadap terapi obat rendah, berpotensi mengakibatkan komplikasi serius dan kematian. Oleh karena itu, penyuluhan mengenai hipertensi sangat diperlukan, seperti yang dilakukan dalam penelitian ini di Pekan Kuala. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman lansia tentang hipertensi serta cara penanganannya melalui penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah dan tanya jawab. Hasil *pretest* menunjukkan bahwa 60% dari 50 lansia memiliki pengetahuan yang kurang tentang hipertensi, sedangkan *post-test* menunjukkan bahwa 70% responden memiliki pengetahuan yang baik, menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah penyuluhan.

**Kata Kunci:** Hipertensi, Lansia, Pengetahuan, Penyuluhan.

## A. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan faktor risiko utama yang mempengaruhi kesehatan neurologis, terutama stroke. Hipertensi kronis adalah penyebab utama berbagai jenis stroke, termasuk stroke iskemik. Oleh karena itu, penting bagi layanan kesehatan primer dan tenaga medis, khususnya perawat, untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai risiko hipertensi (Kilic et al., 2016). Prevalensi hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia, dengan insiden mencapai 29% pada kelompok usia 25-44 tahun, 51% pada kelompok usia 45-64 tahun, dan hingga 65% pada usia di atas 65 tahun (Warjiman et al., 2020).

Menurut WHO pada tahun 2013, sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, atau sekitar 1 dari 3 orang telah terdiagnosis dengan kondisi ini (WHO, 2013). Jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 1,5 miliar pada tahun 2025. Selain itu, sekitar 9,4 juta orang meninggal setiap tahunnya akibat hipertensi dan komplikasinya (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Pada tahun 2000, jumlah penderita hipertensi di Asia tercatat sebanyak 38,4 juta, dan diperkirakan akan meningkat menjadi 67,4 juta pada tahun 2025. Hipertensi merupakan faktor risiko utama kesehatan di Asia Tenggara.

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia mengalami kenaikan sebesar 8,13% dari angka sebelumnya yang sebesar 25,8% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa 25,8% dari populasi Indonesia mengalami hipertensi, dengan prevalensi tertinggi di Bangka Belitung (30,9%), Kalimantan Selatan (30,8%), Kalimantan Timur (29,6%), dan Jawa Barat (29,4%). Pengelolaan pasien hipertensi memerlukan kepatuhan terhadap perawatan diri untuk meningkatkan kondisi kesehatan mereka. Perawatan diri pada pasien hipertensi mencakup beberapa aspek seperti diet rendah garam, pembatasan konsumsi alkohol, berhenti merokok, berolahraga secara rutin, dan kepatuhan mengonsumsi obat antihipertensi. Salah satu faktor yang mempengaruhi kepatuhan terhadap perawatan diri adalah self-efficacy. Pasien dengan tingkat self-efficacy yang tinggi cenderung lebih patuh dalam menjalani regimen pengobatan, termasuk konsumsi obat antihipertensi (Herawati, 2021). Oleh karena itu, pengetahuan yang memadai sangat diperlukan untuk meningkatkan kepatuhan pasien terhadap perawatan diri. Penyuluhan kesehatan menjadi instrumen penting dalam meningkatkan pemahaman pasien tentang manajemen hipertensi (Sofiana et al., 2018). Berdasarkan fakta tersebut, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi pada lansia di Pekan Kuala.

## B. METODE DAN PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat diawali dengan survei pendahuluan untuk mengetahui kebutuhan sasaran, selanjutnya tim pelaksana melakukan proses perijinan dan persiapan kegiatan yang meliputi persiapan tempat, alat dan bahan. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan berupa kegiatan penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah dan tanya jawab. Sasaran dalam kegiatan ini adalah seluruh lansia dengan usia (50-95 tahun) di kelurahan Pekan Kuala Kecamatan Kuala. Jumlah lansia pada pekan kuala 2.860, akan tetapi pada program ini, peneliti mengambil sampel 50 orang dilingkungan 1 Ladang Bambu karena lingkungan dengan jumlah lansia terbanyak.. Alat yang digunakan adalah tensimeter digital untuk mengukur tekanan darah dan *Audiovisual aids* berupa *speaker, microphone*, LCD, Laptop serta PPT hipertensi.

Kegiatan telah terlaksana pada hari Jumat, 23 Agustus 2024 jam 08.00 pagi sampai dengan jam 12.00 siang. Tim pelaksana terdiri dari 3 orang mahasiswa. Pada jam 08.00 pagi kegiatan dibuka oleh ketua ketua tim pelaksana menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan pada sasaran. Setelah itu dimulai kegiatan penyuluhan kesehatan. Sebelum kegiatan penyuluhan, *audience* diberikan *pre-test* terlebih dahulu langsung oleh responden untuk mengetahui skor pengetahuan awal. Setelah dilaksanakan penyuluhan, skor pengetahuan diukur kembali. Data *pre-test* dan *post-test* kemudian dilakukan rekapitulasi dan dilakukan analisis.

## C. HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1.** Karakteristik Usia dan Jenis Kelamin Responden

Variabel	N	%
Usia responden		
≥ 60 Tahun	44	88,0

<60 Tahun	6	12,0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	34	68,0
Perempuan	16	32,0
Total	50	100

Berdasarkan tabel 1 di atas diketahui sebanyak 44 (88,0%) responden berusia  $\geq$  60 Tahun, sebanyak 6 (12,0%) berusia <60 tahun. Diketahui rata-rata usia responden yaitu 67,7 tahun, dengan usia terendah yaitu 51 tahun dan usia tertinggi 90 tahun dan diketahui juga bahwa jenis kelamin yang dominan adalah Perempuan sebanyak 34 (68,0%) dan sisanya berjenis kelamin laki-laki sebanyak 16 (32,0%).

**Tabel 2.** Hasil Analisis *Pre-test* dan *Post-test*

Variabel	N	%
<i>Pre-test</i>		
Baik	1	2,0
Cukup	19	38,0
Kurang	30	60,0
<i>Post-test</i>		
Baik	34	68,0
Cukup	13	26,0
Kurang	3	6,0
Total	50	100

Berdasarkan tabel 2 di atas diketahui hasil *pre-test* sebanyak 30 (60,0%) responden berada dalam kategori kurang, sebanyak 19 (38,0%) responden berada dalam kategori cukup, dan sisanya 1 (2,0%) berada pada kategori Baik. Hasil *post-test* sebanyak 34 (68,0%) responden berada dalam kategori Baik, sebanyak 13 (26,0%) responden berada dalam kategori Cukup, dan sisanya 3 (6,0%) berada pada kategori Kurang.

Kegiatan pengabdian masyarakat di Pekan Kuala bertujuan untuk memperbaiki pemahaman lansia mengenai hipertensi dan penanganannya melalui penyuluhan. Evaluasi efektivitas penyuluhan dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang mencakup informasi dasar dan penatalaksanaan hipertensi di rumah. Kuesioner diberikan dalam dua tahap: sebelum (*pre-test*) dan setelah (*post-test*) penyuluhan. Pada tahap *pre-test*, kuesioner dibagikan kepada lansia dengan penjelasan cara pengisian. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa 30 dari 50 peserta (60%) memiliki pengetahuan yang rendah tentang hipertensi yang ditampilkan di (tabel 2). Setelah *pre-test*, peserta mengikuti penyuluhan yang memfokuskan pada penjelasan hipertensi.



**Gambar 1.** Kegiatan Penyuluhan kepada Peserta

Program edukasi di Pekan Kuala untuk lansia dilakukan dengan presentasi PowerPoint yang diproyeksikan, memudahkan pemahaman materi. Sesi ini berlangsung selama dua jam dan dipandu oleh tenaga kesehatan serta mahasiswa. Selain itu, peserta menerima *leaflet* sebagai materi tambahan untuk dibawa pulang dan meninjau kembali informasi yang diberikan. Penyampaian materi dilakukan secara ringkas dan jelas, dengan gambar-gambar menarik untuk meningkatkan minat peserta. Pemahaman peserta setelah penyuluhan dievaluasi melalui *post-test*.



**Gambar 2.** Kegiatan Pengisian *post-test*

**Tabel 3.** Uji Normalitas

Kategori	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk			
	Statistik	df	Sig.	Statistik	df	Sig.	
Skor Hasil	<i>Pre-test</i>	.178	50	.000	.940	50	.014
	<i>Post-test</i>	.187	50	.000	.867	50	.000

Diketahui hasil uji normalitas pada tabel 3 diatas signifikansi *pre-test* pada *Shapiro-Wilk* 0,014 <0,05 yang berarti data tidak berdistribusi normal, dan pada *post-test* hasil signifikansi 0,000 <0,05 yang artinya data tidak berdistribusi Normal.

**Tabel 4.** Hasil Uji *Mann-Whitney U*

Kategori	N	Mean Rank	Z	Sig.
Skor Hasil	<i>Pre-test</i>	50	29,01	-7,458
	<i>Post-test</i>	50	71,99	
Total	100			0,000

Diketahui pada tabel 4 diatas hasil analisis Uji *Mann-Whitney U* didapatkan perbedaan yang signifikan antara *pre-test* pengetahuan hipertensi dengan *post-test* pengetahuan hipertensi pada lansia nilai signifikansi sebesar 0,000 (<0,05), dengan perbedaan pada *pre-test* ditemukan rata-rata skor dalam menjawab kuisioner yaitu 29,01 berada pada kategori rendah, dan setelah diberikan penyuluhan pengetahuan meningkat rata-rata skor yaitu 71,99 berada pada kategori sedang. Diketahui nilai Z sebesar -7,458 hal ini diartikan semakin negatif nilai maka semakin besar kemungkinan ada perbedaan yang signifikan antara kelompok-kelompok tersebut.

Pembelajaran tentang pencegahan dan penanganan hipertensi berjalan dengan baik. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta lanjut usia lebih memahami dan memahami materi yang diberikan; sebagian besar peserta dapat menjawab pertanyaan evaluasi dengan benar dan dapat menjelaskan materi dengan bahasa dan pemahaman mereka sendiri. Penyuluhan tentang hipertensi dilakukan dengan *PowerPoint*. Media audiovisual dianggap dapat meningkatkan pengetahuan lebih baik daripada memberikan informasi tanpa media. Menurut Notoatmodjo, (2012), memberikan informasi audio visual dan visual akan membuat proses mengingat lebih mudah (Istiqomah, et al. 2022).

Tahu adalah hasil dari pengetahuan, dan peningkatan pengetahuan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan melalui panca indra, yaitu penciuman, rasa, pendengaran, penglihatan, dan raba (Notoadmojo, 2012). Untuk sasaran penyuluhan yang lebih dari 10 orang, informasi ini diberikan dengan metode ceramah (Pribadi, Chrisanto and Sitanggang 2021). Dalam pemilihan metode pendidikan kesehatan, penting untuk mempertimbangkan besarnya kelompok sasaran dan tingkat pendidikan mereka. Untuk sasaran dengan lebih dari 10 orang, metode ceramah adalah metode yang efektif. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa ceramah adalah cara yang efektif untuk menyampaikan informasi, baik penyuluhan formal maupun non-formal, penyuluhan yang berkelanjutan dan dikemas lebih menarik (Asda and Syarifah 2023).

Menurut penelitian terdahulu yang menemukan dampak penyuluhan tentang hipertensi pada orang lanjut usia, pengetahuan orang lanjut usia meningkat sebagai hasil dari penyuluhan. Ini terjadi karena penonton memperhatikan materi penyuluhan dan cukup antusias untuk bertanya tentangnya. Sebagian dari responden mengatakan bahwa mereka telah berkonsultasi dengan dokter sebelumnya dan telah diberitahu tentang hipertensi. Oleh karena itu, penyuluhan kesehatan saat ini semacam review atau mengingat kembali. Hal ini sesuai dengan temuan penelitian sebelumnya, di mana sebagian besar peserta sudah pernah terpapar materi tersebut, sehingga penyuluhan adalah review dan seratus persen responden memiliki pemahaman yang baik setelah penyuluhan (Telaumbanna and Rahayu 2021).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa program pengabdian masyarakat di pekan kuala berhasil meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi pada lansia. Keberhasilan kegiatan ini didasarkan pada partisipasi aktif lansia dan metode konseling yang efektif seperti presentasi PowerPoint dan penggunaan brosur yang mudah dipahami. Selain itu, kehadiran peserta dan tingkat partisipasi yang tinggi merupakan faktor penting yang mendukung tercapainya tujuan program. Saran agar kegiatan ini berkelanjutan adalah dengan meningkatkan durasi dan frekuensi konsultasi agar materi yang disampaikan dapat lebih dipahami oleh lansia. Selain itu, mengembangkan metode konseling yang lebih interaktif, seperti diskusi kelompok kecil dan simulasi, akan meningkatkan keterlibatan dan pemahaman peserta. Upaya berkelanjutan juga harus fokus pada pemantauan jangka panjang untuk memastikan bahwa peningkatan pengetahuan ini diterjemahkan ke dalam perubahan perilaku dalam pemeliharaan kesehatan hipertensi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asda, P. (2023). Penyuluhan Kesehatan Tentang Hipertensi Dan Pemeriksaan Tekanan Darah Pada Lansia. *EJOIN: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(10), 1218-1223.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Herawati, A. T., Manaf, H., & Kusumawati, E. P. (2021). Pengetahuan tentang penanganan penyakit hipertensi pada penderita hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 10(2), 159-165.
- Istiqomah, F., Tawakal, A. I., Haliman, C. D., & Atmaka, D. R. (2022). Pengaruh Pemberian Edukasi Terhadap Pengetahuan Hipertensi Peserta Prolanis Perempuan Di Puskesmas Brambang, Kabupaten Jombang. *Media Gizi Kesmas*, 11(1), 159-165.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.(2018). *Faktor Risiko Hipertensi 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Retrieved from: <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-%20pembuluh-darah/faktor-risiko-hipertensi>
- Kilic, M., Uzunçakmak, T., & Ede, H. (2016). The effect of knowledge about hypertension on the control of high blood pressure. *International Journal of the Cardiovascular Academy*, 2(1), 27-32. <https://doi.org/10.1016/j.ijcac.2016.01.003>
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pribadi, T., Chrisanto, E. Y., & Sitanggang, A. E. (2021). Penyuluhan kesehatan tentang penyakit hipertensi pada lansia. *JOURNAL OF Public Health Concerns*, 1(1), 25-37. <https://doi.org/10.56922/phc.v1i1.56>

- Sofiana, L., Puratmadja, Y., Sari, B. S. K., Pangulu, A. H. R., & Putri, I. H. (2018). Pengetahuan tentang hipertensi melalui metode penyuluhan. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 171-176. <https://doi.org/10.12928/jp.v2i1.443>
- Telaumbanua, A. C., & Rahayu, Y. (2021). Penyuluhan dan edukasi tentang penyakit hipertensi. *Jurnal Abdimas Sainika*, 3(1), 119.
- Warjiman, W., Unja, E. E., Gabrilinda, Y., & Hapsari, F. D. (2020). Skrining dan Edukasi Penderita Hipertensi. *Jurnal Suaka Insan Mengabdi (JSIM)*, 2(1), 15-26. <https://doi.org/10.51143/jsim.v2i1.215>
- WHO. (2013). *A global brief on hypertension : silent killer, global public health crisis: World Health Day 2013*. WHO. Retrieved from: [https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/79059/WHO\\_DCO\\_WHD\\_2013.2\\_eng.pdf?sequence=1](https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/79059/WHO_DCO_WHD_2013.2_eng.pdf?sequence=1)