

## **Edukasi Hipertensi untuk Meningkatkan Kesadaran Pengendalian Tekanan Darah di Posbindu Pos 2 Melati Desa Borongan, Polanharjo, Klaten**

**Avanilla Fany Septiyasari<sup>1\*</sup>, Devina Dewi<sup>2</sup>, Lutfia Anindhita<sup>3</sup>, Nadine Anindita Kamayani<sup>4</sup>, Alifa Nur Fauziah<sup>5</sup>, Jeny Oktavia Sari<sup>6</sup>**

<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Program Studi D3 Farmasi, Universitas Muhammadiyah Klaten

\*Email: [avanilla@umkla.ac.id](mailto:avanilla@umkla.ac.id)

### **Abstract**

*Hypertension is a major non-communicable disease often referred to as a silent killer because it may occur without noticeable symptoms until complications develop. This community service activity aimed to improve public knowledge and awareness regarding blood pressure control among participants of Posbindu Pos 2 Melati, Borongan Village, Polanharjo District, Klaten Regency. The activity included blood pressure screening, pre-test, hypertension education using PowerPoint presentations and educational hand fans, interactive discussions, post-test, and distribution of educational media. A total of 24 participants attended the activity, while 18 participants completed the pre-test and post-test evaluation. The average knowledge score increased from 81.1 before the education session to 93.3 after the intervention, indicating an average improvement of 12.2 points. These findings indicate that hypertension education can improve participants' understanding of hypertension prevention, healthy lifestyles, medication adherence, and routine blood pressure monitoring.*

**Keywords:** hypertension; health education; blood pressure control; Posbindu; community service

### **Abstrak**

*Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang dikenal sebagai silent killer karena sering tidak menimbulkan gejala hingga terjadi komplikasi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pengendalian tekanan darah di Posbindu Pos 2 Melati, Desa Borongan, Kecamatan Polanharjo, Kabupaten Klaten. Metode yang digunakan meliputi pemeriksaan tekanan darah, pre-test, penyuluhan menggunakan media PowerPoint dan kipas edukasi, diskusi interaktif, post-test, serta pembagian media edukasi. Kegiatan diikuti oleh 24 peserta, dengan 18 peserta mengikuti evaluasi pre-test dan post-test. Hasil evaluasi menunjukkan rata-rata nilai peserta meningkat dari 81,1 menjadi 93,3 atau mengalami peningkatan sebesar 12,2 poin. Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi hipertensi dapat meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pencegahan hipertensi, penerapan pola hidup sehat, kepatuhan minum obat, serta pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara berkala.*

**Kata Kunci:** hipertensi; edukasi kesehatan; pengendalian tekanan darah; Posbindu; pengabdian masyarakat

### **1. Pendahuluan**

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan masyarakat di dunia [1]. Penyakit ini dikenal sebagai *silent killer* karena sebagian besar penderitanya tidak menunjukkan gejala hingga terjadi komplikasi serius, seperti penyakit jantung koroner, stroke, gagal ginjal, maupun gagal jantung. Menurut World Health Organization (WHO), sekitar 1,28 miliar orang dewasa usia 26-65 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, dan hampir setengah dari jumlah tersebut tidak menyadari bahwa dirinya mengalami hipertensi [2]. Kondisi ini menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi tantangan global yang memerlukan upaya promotif dan preventif secara berkelanjutan melalui peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat.

Di Indonesia, hipertensi juga menjadi salah satu penyebab utama meningkatnya angka kesakitan dan kematian akibat penyakit kardiovaskular [1]. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi hipertensi pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun mencapai 34,1%, meningkat

dibandingkan hasil Riskesdas tahun 2013 sebesar 25,8% [3]. Meskipun prevalensinya cukup tinggi, tingkat kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara rutin dan kepatuhan dalam menjalani pengobatan masih tergolong rendah. Banyak penderita hipertensi baru mengetahui kondisi kesehatannya setelah mengalami komplikasi, sehingga pengendalian hipertensi menjadi salah satu prioritas dalam program pencegahan penyakit tidak menular di Indonesia [1].

Salah satu strategi yang dikembangkan pemerintah dalam upaya pengendalian penyakit tidak menular adalah melalui Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM). Posbindu PTM merupakan bentuk pemberdayaan masyarakat yang berfokus pada deteksi dini faktor risiko penyakit tidak menular, pemantauan status kesehatan, serta pemberian edukasi kepada masyarakat mengenai perilaku hidup sehat [3]. Keberadaan Posbindu tidak hanya berfungsi sebagai tempat pemeriksaan kesehatan secara berkala, tetapi juga sebagai sarana promotif dan preventif yang bertujuan meningkatkan kesadaran masyarakat dalam mencegah penyakit tidak menular, khususnya hipertensi [3].

Hipertensi yang tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi, seperti stroke, penyakit jantung, dan gangguan ginjal [4]. Risiko tersebut dapat diminimalkan melalui deteksi dini, pemantauan tekanan darah secara berkala, pengaturan pola makan, aktivitas fisik yang cukup, serta kepatuhan dalam mengonsumsi obat bagi penderita hipertensi [5]. Namun, penerapan pengendalian hipertensi di masyarakat masih sering terkendala oleh rendahnya pengetahuan, kurangnya kesadaran terhadap kondisi kesehatan, dan anggapan bahwa obat hanya perlu diminum ketika muncul keluhan.

Hasil observasi awal yang dilakukan di Posbindu Pos 2 Melati, Desa Borongan RW 01, Kecamatan Polanharjo, Kabupaten Klaten melalui wawancara dengan kader menunjukkan bahwa lebih dari 50% peserta posbindu belum memahami pengendalian hipertensi, sebagian besar lupa terkait cara konsumsi antihipertensi, dan pola makan yang masih buruk seperti masih banyak yang mengonsumsi makanan tinggi garam. Sebagian peserta belum melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin, masih mengonsumsi makanan tinggi garam, kurang melakukan aktivitas fisik, serta belum memahami pentingnya kepatuhan dalam mengonsumsi obat antihipertensi. Selain itu, beberapa peserta menganggap hipertensi bukan sebagai masalah kesehatan serius apabila belum menimbulkan keluhan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan dan pengendalian hipertensi masih perlu ditingkatkan melalui kegiatan edukasi yang berkesinambungan [5].

Edukasi kesehatan menjadi salah satu langkah yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai hipertensi [6]. Penyuluhan yang disampaikan dengan bahasa sederhana, media visual, serta diskusi interaktif dapat membantu peserta memahami informasi kesehatan dengan lebih mudah. Melalui kegiatan edukasi di Posbindu, masyarakat tidak hanya memperoleh informasi mengenai hipertensi, tetapi juga didorong untuk melakukan perubahan perilaku secara bertahap dalam kehidupan sehari-hari [7].

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan merupakan salah satu intervensi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat terhadap pengendalian hipertensi [7]. Penyampaian informasi yang didukung media edukasi menarik serta metode diskusi interaktif dapat meningkatkan pemahaman peserta sehingga mendorong perubahan perilaku menuju pola hidup sehat. Dalam kegiatan ini, media edukasi yang digunakan berupa PowerPoint dan kipas edukasi hipertensi yang dirancang sebagai media informasi sederhana, praktis, dan mudah digunakan kembali oleh masyarakat setelah kegiatan selesai [8]. Penggunaan media tersebut diharapkan mampu meningkatkan daya ingat peserta terhadap materi yang telah diberikan sekaligus menjadi pengingat dalam menerapkan perilaku hidup sehat di lingkungan keluarga.

Sejumlah kegiatan edukasi hipertensi pada masyarakat menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan pemahaman peserta mengenai faktor risiko, pencegahan, kepatuhan penggunaan obat, serta pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara rutin [9]. Edukasi yang disampaikan menggunakan media visual dan komunikasi dua arah dinilai lebih mudah diterima karena peserta tidak hanya memperoleh informasi, tetapi juga memiliki kesempatan untuk bertanya mengenai kondisi kesehatan yang dialami. Peningkatan

pengetahuan tersebut penting sebagai dasar pembentukan perilaku sehat dalam pengendalian hipertensi [4].

Kegiatan edukasi hipertensi di Posbindu memiliki karakteristik yang berbeda karena dilakukan pada masyarakat yang secara rutin mengikuti pemeriksaan kesehatan berbasis komunitas. Selain penyuluhan, kegiatan ini juga memadukan pemeriksaan tekanan darah, diskusi interaktif, evaluasi *pre-test* dan *post-test*, serta pemberian kipas edukasi sebagai media pengingat yang dapat dibawa pulang [3]. Kombinasi tersebut diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan peserta saat kegiatan berlangsung, tetapi juga membantu peserta mengingat kembali pesan kesehatan dalam kehidupan sehari-hari.

Penggunaan media kipas edukasi menjadi salah satu bentuk inovasi sederhana dalam kegiatan ini. Media tersebut dipilih karena praktis, ringan, mudah digunakan, tidak mudah rusak serta memuat informasi penting mengenai hipertensi dalam bentuk ringkas[10] yang dapat dibaca lagi jika diperlukan,. Peserta dapat membaca kembali informasi mengenai batas tekanan darah, faktor risiko, komplikasi, serta langkah pengendalian hipertensi setelah kegiatan selesai. Media edukasi ini tidak hanya berfungsi sebagai pelengkap penyuluhan, tetapi juga sebagai penguat pesan kesehatan yang dapat digunakan secara berulang di rumah [6] daripada menggunakan media brosur atau leaflet yang mudah rusak.

Berdasarkan permasalahan tersebut, tim pengabdian kepada masyarakat melaksanakan kegiatan edukasi hipertensi di Posbindu Pos 2 Melati sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pengendalian tekanan darah. Kegiatan ini dilaksanakan melalui pemeriksaan tekanan darah, penyuluhan kesehatan, diskusi interaktif, serta evaluasi menggunakan *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah memperoleh edukasi. Diharapkan kegiatan ini dapat mendorong masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat, melakukan pemeriksaan tekanan darah secara berkala, meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan, serta mengurangi risiko komplikasi akibat hipertensi.

## 2. Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Posbindu Pos 2 Melati, Desa Borongan RW 01, Kecamatan Polanharjo, Kabupaten Klaten. Sasaran kegiatan adalah peserta Posbindu yang terdiri atas masyarakat usia dewasa hingga lanjut usia. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pengendalian tekanan darah melalui edukasi kesehatan tentang hipertensi. Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara partisipatif dengan melibatkan kader Posbindu, bidan desa, dan masyarakat setempat agar kegiatan dapat berjalan sesuai dengan kebutuhan mitra. Desain kegiatan ini menggunakan desain *pretest posttest*. Instrumen yang digunakan pada kegiatan ini yaitu kuisisioner yang berisi pertanyaan yaitu tentang definisi hipertensi, gejala hipertensi, kepatuhan mengonsumsi obat antihipertensi, penerapan pola hidup sehat, serta komplikasi akibat hipertensi. Kuisisioner diberikan sebelum peserta diberikan paparan edukasi dan setelah diberikan edukasi. Sistem penilaian kuisisioner menggunakan jawaban benar dan salah. Jika peserta menjawab benar maka diberi skor 20 tiap pertanyaan, jika salah diberi skor 0. Total skor diperoleh dari total nilai benar.

Tahap awal kegiatan diawali dengan survei lapangan dan observasi untuk mengidentifikasi kondisi kesehatan masyarakat serta permasalahan yang berkaitan dengan hipertensi di wilayah sasaran. Selain itu, dilakukan koordinasi dengan kader Posbindu dan bidan desa mengenai jadwal kegiatan, jumlah peserta, serta teknis pelaksanaan. Berdasarkan hasil observasi tersebut, tim pengabdian menyusun materi penyuluhan, media edukasi berupa PowerPoint dan kipas edukasi hipertensi, serta instrumen evaluasi berupa lembar *pre-test* dan *post-test* yang digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan.

Tahap pelaksanaan dimulai dengan registrasi peserta yang hadir, dilanjutkan dengan pemeriksaan tekanan darah menggunakan tensimeter sebagai skrining awal untuk mengetahui kondisi tekanan darah masing-masing peserta. Setelah pemeriksaan selesai, peserta diminta mengerjakan *pretest* yang berisi pertanyaan mengenai hipertensi, yang dikerjakan kurang lebih

selama 10 menit. Hasil *pretest* digunakan sebagai gambaran awal tingkat pengetahuan peserta sebelum memperoleh edukasi kesehatan.

Penyuluhan kesehatan dilaksanakan menggunakan metode ceramah interaktif yang dipadukan dengan media presentasi PowerPoint dan kipas edukasi hipertensi. Paparan presentasi selama 20 menit, dilanjutkan diskusi dan tanya jawab selama 15 menit. Materi presentasi yang disampaikan meliputi pengertian hipertensi, klasifikasi tekanan darah, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, upaya pencegahan melalui penerapan pola hidup sehat, pentingnya kepatuhan mengonsumsi obat antihipertensi, serta anjuran melakukan pemeriksaan tekanan darah secara berkala. Selama penyampaian materi, peserta diberikan kesempatan untuk berdiskusi dan mengajukan pertanyaan sehingga tercipta komunikasi dua arah antara pemateri dan peserta. Pendekatan ini bertujuan agar peserta lebih mudah memahami materi sekaligus dapat mengaitkan informasi yang diperoleh dengan kondisi kesehatan yang dialami sehari-hari.

Setelah kegiatan penyuluhan selesai, peserta kembali diminta mengerjakan *posttest*, yang dikerjakan kurang lebih selama 10 menit. Hasil *pretest* dan *posttest* digunakan untuk menggambarkan perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah memperoleh edukasi. Data hasil *pretest* dan *posttest* dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan rata-rata nilai sebelum dan sesudah penyuluhan. Keberhasilan kegiatan tidak hanya diukur berdasarkan peningkatan nilai evaluasi, tetapi juga dari tingkat partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung serta respons masyarakat terhadap materi edukasi yang diberikan. Alur pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat secara ringkas disajikan pada Gambar 1.



**Gambar 1.** Alur Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

Berdasarkan Gambar 1, pelaksanaan kegiatan dilakukan secara bertahap mulai dari survei dan observasi, koordinasi dengan mitra, penyusunan materi dan instrumen, pemeriksaan tekanan darah, *pre-test*, penyuluhan hipertensi, *post-test*, hingga evaluasi hasil. Tahapan tersebut

disusun untuk memastikan kegiatan edukasi berjalan terarah serta dapat mengukur perubahan pengetahuan peserta setelah diberikan penyuluhan.

### 3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi hipertensi dilaksanakan di Posbindu Pos 2 Melati, Desa Borongan RW 01, Kecamatan Polanharjo, Kabupaten Klaten. Kegiatan ini diikuti oleh 24 peserta Posbindu 100% perempuan dengan rentang usia dewasa hingga lansia. Karakteristik peserta tersaji pada Tabel 1. Peserta edukasi sangat bervariasi kelompok umurnya, hal tersebut menunjukkan bahwa edukasi mengenai hipertensi penting diberikan tidak hanya kepada kelompok lansia, tetapi juga kepada kelompok usia dewasa sebagai upaya pencegahan sejak dini [10].

**Tabel 1.** Karakteristik Peserta

|                      | Jumlah (n) | Persentase (%) |
|----------------------|------------|----------------|
| <b>Jenis kelamin</b> |            |                |
| Perempuan            | 18         | 100            |
| Laki – laki          | 0          | 0              |
| <b>Usia</b>          |            |                |
| 26–45 tahun          | 7          | 38,9           |
| 46–55 tahun          | 5          | 27,8           |
| 56–65 tahun          | 6          | 33             |
| <b>Total</b>         | <b>18</b>  | <b>100</b>     |

Berdasarkan Tabel 1, peserta yang dianalisis sejumlah 18 orang. Peserta mengerjakan *post-test* untuk mengetahui perubahan pengetahuan setelah memperoleh edukasi. Dari total 24 peserta yang hadir, sebanyak 18 peserta mengikuti rangkaian *pretest* dan *posttest* secara lengkap, sedangkan enam peserta tidak mengikuti *posttest* karena meninggalkan lokasi kegiatan sebelum seluruh rangkaian acara selesai. peserta terbanyak berada pada kelompok usia 26 – 45 tahun sebanyak 38,9%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kegiatan edukasi hipertensi diperlukan bagi seluruh kelompok usia dewasa. Edukasi sejak usia dewasa diharapkan dapat membentuk kebiasaan pengendalian tekanan darah melalui pembatasan konsumsi garam, aktivitas fisik yang cukup, pemeriksaan tekanan darah secara berkala, serta kepatuhan terhadap pengobatan apabila telah didiagnosis hipertensi.

Sebelum kegiatan edukasi dilaksanakan, tim melakukan survei dan observasi awal di lokasi kegiatan. Survei dilakukan untuk mengetahui kondisi masyarakat, menentukan waktu dan teknis pelaksanaan, serta mengidentifikasi permasalahan yang berkaitan dengan hipertensi. Hasil observasi menunjukkan bahwa masih terdapat masyarakat yang belum rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah, belum memahami faktor risiko hipertensi secara optimal, serta belum menerapkan pola hidup sehat secara konsisten. Beberapa kebiasaan yang menjadi perhatian antara lain konsumsi makanan tinggi garam, kurangnya aktivitas fisik, dan rendahnya kesadaran untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

Kegiatan diawali dengan registrasi peserta dan pemeriksaan tekanan darah menggunakan tensimeter sebagai bentuk skrining awal. Pemeriksaan tekanan darah bertujuan membantu peserta mengetahui kondisi tekanan darahnya sekaligus meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya deteksi dini hipertensi. Setelah pemeriksaan selesai, peserta mengerjakan *pretest* untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai hipertensi. Pertanyaan dalam *pretest* mencakup batas tekanan darah hipertensi, kondisi hipertensi tanpa gejala, kepatuhan minum obat, penerapan pola hidup sehat, serta komplikasi hipertensi. Pelaksanaan pemeriksaan tekanan darah dan pengisian lembar evaluasi oleh peserta disajikan pada Gambar 2 untuk foto pemeriksaan.



**Gambar 2.** Pelaksanaan Pemeriksaan Tekanan Darah dan Pengisian Lembar Evaluasi Peserta

Penyuluhan hipertensi disampaikan menggunakan media PowerPoint dan kipas edukasi hipertensi. Materi yang diberikan meliputi pengertian hipertensi, klasifikasi tekanan darah, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, cara pencegahan dan pengendalian hipertensi, pentingnya kepatuhan mengonsumsi obat antihipertensi, serta pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Kipas edukasi diberikan kepada peserta sebagai media pengingat yang dapat digunakan kembali di rumah untuk membaca informasi mengenai pengendalian hipertensi. Dokumentasi kegiatan edukasi serta pemberian kipas hipertensi kepada peserta disajikan pada Gambar 3 untuk foto kipas.



**Gambar 3.** Dokumentasi Kegiatan Edukasi dan Pemberian Kipas Hipertensi kepada Peserta

Selama penyampaian materi, peserta menunjukkan antusiasme yang baik. Hal tersebut terlihat dari keaktifan peserta dalam mengikuti penjelasan dan mengajukan pertanyaan terkait pola makan, penggunaan obat antihipertensi, serta aktivitas fisik yang dapat dilakukan untuk membantu mengendalikan tekanan darah. Diskusi interaktif membantu peserta memperoleh penjelasan yang lebih mudah dipahami dan sesuai dengan kondisi yang mereka hadapi dalam kehidupan sehari-hari. Dokumentasi kebersamaan tim pengabdian bersama peserta Posbindu setelah pelaksanaan kegiatan disajikan pada Gambar 4 untuk foto bersama.





**Gambar 4.** Dokumentasi Bersama Tim Pengabdian dan Peserta Posbindu Pos 2 Melati

Peningkatan pengetahuan peserta setelah penyuluhan menunjukkan bahwa pendekatan edukasi yang digunakan dapat diterima dengan baik oleh masyarakat [2]. Penyampaian materi tidak hanya dilakukan melalui ceramah, tetapi juga diperkuat dengan diskusi interaktif. Melalui sesi diskusi, peserta dapat menyampaikan pertanyaan maupun pengalaman terkait tekanan darah, penggunaan obat antihipertensi, pembatasan makanan asin, dan aktivitas fisik. Interaksi dua arah tersebut membantu peserta memahami materi berdasarkan kondisi yang mereka hadapi dalam kehidupan sehari-hari. Hasil skor pengetahuan peserta disajikan pada Tabel 2.

**Tabel 2.** Hasil Evaluasi *Pre-test* dan *Post-test* Peserta

| Keterangan      | Rerata skor |
|-----------------|-------------|
| <i>Pretest</i>  | 81,1        |
| <i>Posttest</i> | 93,3        |

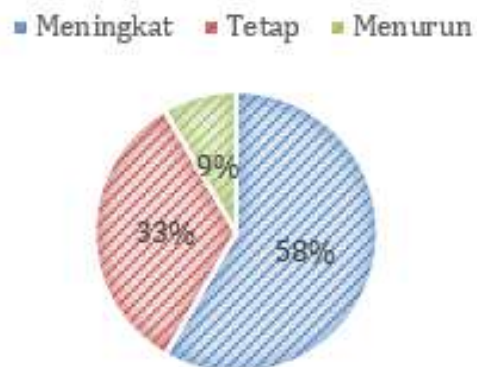
Berdasarkan Tabel 2, rata-rata nilai pengetahuan peserta meningkat dari 81,1 sebelum penyuluhan menjadi 93,3 setelah penyuluhan. Peningkatan rata-rata sebesar 12,2 poin menunjukkan bahwa edukasi hipertensi memberikan dampak positif terhadap pemahaman peserta mengenai pengendalian tekanan darah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kombinasi penyuluhan, media edukasi, dan diskusi interaktif membantu peserta memahami informasi mengenai hipertensi dengan lebih baik.

Selain evaluasi tertulis, tim juga melakukan monitoring selama kegiatan melalui pengamatan terhadap keterlibatan peserta dalam pemeriksaan tekanan darah, keaktifan saat diskusi, serta respons peserta terhadap materi dan media edukasi yang diberikan. Sebagai bentuk penguatan pesan kesehatan, peserta memperoleh media edukasi berupa kipas hipertensi dan totebag yang diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai pengingat untuk menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Peningkatan pengetahuan peserta terlihat dari pemahaman mengenai batas tekanan darah hipertensi, yaitu tekanan darah sama dengan atau lebih dari 140/90 mmHg. Peserta juga memperoleh pemahaman bahwa hipertensi dapat terjadi tanpa gejala yang jelas sehingga pemeriksaan tekanan darah rutin tetap diperlukan, meskipun tidak mengalami keluhan seperti pusing atau sakit kepala. Selain itu, peserta semakin memahami pentingnya mengurangi konsumsi garam, melakukan aktivitas fisik secara teratur, mengonsumsi obat sesuai anjuran tenaga kesehatan, serta melakukan pemeriksaan tekanan darah secara berkala.

Berdasarkan hasil evaluasi, sebanyak tujuh peserta atau 38,9% mengalami peningkatan nilai, empat peserta atau 22,2% memiliki nilai tetap, dan satu peserta atau 5,6% mengalami penurunan nilai. Sebanyak enam peserta atau 33,3% tidak dapat dianalisis karena tidak mengikuti *post-test*. Secara keseluruhan, hasil tersebut menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman peserta mengenai hipertensi.

Perbandingan perubahan nilai peserta setelah pelaksanaan edukasi disajikan pada Gambar 5 untuk grafik. Grafik menunjukkan bahwa kelompok peserta dengan peningkatan nilai memiliki persentase paling besar dibandingkan peserta dengan nilai tetap maupun menurun.



**Gambar 5.** Grafik Perubahan Nilai *Pre-test* dan *Post-test* Peserta

Berdasarkan Gambar 5, peserta yang mengalami peningkatan nilai memiliki persentase sebesar 58%. Grafik tersebut menunjukkan bahwa mayoritas peserta mengalami peningkatan pengetahuan setelah memperoleh edukasi hipertensi. Hal ini sejalan dengan penelitian Oktaviana, bahwa setelah melakukan edukasi yang diberikan kepada peserta melalui leaflet menunjukkan peningkatan hasil rata-rata pengetahuan peserta. [11]. Selain itu, peserta juga menunjukkan nilai tetap sebesar 33%, hal ini ditunjukkan oleh perolehan skor pretest peserta 100 dan posttest juga 100. Peserta tersebut sudah baik dalam pengetahuannya tentang hipertensi, ini dikarenakan informasi sangat mudah didapat dari berbagai sumber diantaranya dari gawai, tv, maupun informasi dari tenaga kesehatan, sehingga seseorang menjadi paham terkait pentingnya pemahaman tentang hipertensi dan manajemennya. Peserta yang mengalami penurunan nilai sebesar 8%. Meskipun terdapat peserta dengan nilai tetap maupun menurun, secara umum hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan edukasi mampu meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai hipertensi dan pengendalian tekanan darah.

Penggunaan kipas edukasi hipertensi sebagai media pendukung juga memberikan nilai tambah dalam kegiatan ini. Media tersebut bersifat praktis, mudah dibawa, dan dapat digunakan kembali oleh peserta setelah kegiatan selesai. Informasi yang terdapat pada kipas dapat dibaca kembali setelah kegiatan selesai, sehingga peserta tetap memiliki pengingat mengenai batas tekanan darah, faktor risiko, komplikasi, serta cara pengendalian hipertensi. Media edukasi sederhana seperti kipas juga sesuai digunakan oleh peserta Posbindu karena informasi dapat disampaikan secara ringkas dan mudah dipahami.

Selain peningkatan nilai evaluasi, keberhasilan kegiatan juga terlihat dari keterlibatan peserta selama pelaksanaan penyuluhan. Peserta aktif mengikuti pemeriksaan tekanan darah, mengerjakan *pre-test* dan *post-test*, serta berpartisipasi dalam sesi tanya jawab. Namun, terdapat enam peserta yang tidak mengikuti *post-test* karena meninggalkan lokasi kegiatan sebelum seluruh rangkaian selesai. Kondisi tersebut menjadi salah satu keterbatasan kegiatan karena hasil evaluasi belum dapat menggambarkan perubahan pengetahuan seluruh peserta yang hadir.

Kegiatan edukasi hipertensi memiliki peran penting dalam memperkuat fungsi Posbindu sebagai sarana promotif dan preventif di tingkat masyarakat. Posbindu tidak hanya berfungsi sebagai tempat pemeriksaan tekanan darah, tetapi juga menjadi ruang pembelajaran bagi masyarakat untuk memahami kondisi kesehatannya secara mandiri [12]. Kader memiliki peran yang dekat dengan masyarakat karena berinteraksi secara rutin dalam kegiatan Posbindu. Oleh karena itu, kader dapat membantu mengingatkan peserta untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah, mengikuti kegiatan Posbindu secara teratur, serta menerapkan pesan kesehatan



yang telah diperoleh selama penyuluhan. Keterlibatan kader secara aktif diharapkan dapat memperkuat keberlanjutan program pengendalian hipertensi di lingkungan masyarakat.

Kegiatan edukasi yang dilakukan melalui Posbindu juga dapat menjadi sarana untuk melibatkan anggota keluarga dalam pengendalian hipertensi. Informasi yang diterima peserta melalui penyuluhan dan media kipas edukasi dapat disampaikan kembali kepada keluarga di rumah. Dukungan keluarga penting dalam membantu peserta menerapkan pola makan sehat, mengingatkan jadwal pemeriksaan tekanan darah, serta mendukung kepatuhan penggunaan obat bagi peserta yang telah mendapatkan terapi antihipertensi. Dengan adanya dukungan keluarga, pengendalian hipertensi tidak hanya menjadi tanggung jawab individu, tetapi juga menjadi perhatian bersama dalam lingkungan rumah tangga [8].

Kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi hipertensi dapat menjadi langkah awal untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pengendalian tekanan darah. Namun, peningkatan pengetahuan perlu diikuti dengan pendampingan dan pemantauan secara rutin agar dapat berkembang menjadi perubahan perilaku yang menetap. Oleh karena itu, kegiatan Posbindu perlu terus didukung melalui pemeriksaan tekanan darah berkala, penyampaian pesan kesehatan secara berulang, serta koordinasi antara kader, bidan desa, dan masyarakat. Dengan pendekatan tersebut, upaya pencegahan komplikasi hipertensi dapat dilakukan secara lebih berkelanjutan.

Pelaksanaan kegiatan berikutnya dapat dikembangkan dengan melakukan pemantauan secara berkala terhadap peserta yang memiliki tekanan darah tinggi atau berisiko mengalami hipertensi. Pemantauan dapat dilakukan melalui pencatatan hasil pemeriksaan tekanan darah pada setiap kegiatan Posbindu serta pemberian edukasi ulang secara singkat. Dengan demikian, perubahan pengetahuan peserta dapat diikuti dengan pemantauan perilaku dan kondisi kesehatan secara berkelanjutan. Pendekatan tersebut diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat untuk melakukan pencegahan dan pengendalian hipertensi sejak dini.

#### **4. Kesimpulan**

Kegiatan edukasi hipertensi di Posbindu Pos 2 Melati, Desa Borongan RW 01, Kecamatan Polanharjo, Kabupaten Klaten telah meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pengendalian tekanan darah. Berdasarkan hasil evaluasi, rata-rata nilai peserta meningkat dari 81,1 pada *pre-test* menjadi 93,3 pada *post-test* dengan peningkatan rata-rata sebesar 12,2. Keunggulan kegiatan ini terletak pada kombinasi pemeriksaan tekanan darah, penyuluhan menggunakan media PowerPoint, diskusi interaktif, serta pemberian kipas edukasi hipertensi yang membantu peserta memahami faktor risiko, komplikasi, pola hidup sehat, kepatuhan minum obat, dan pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara berkala. Namun, keterbatasan kegiatan peserta yang mengisi pretest dan posttest kemungkinan dapat saling memberikan jawaban sehingga pengetahuan yang terukur masing-masing peserta terkesan bias.

#### **Ucapan Terima Kasih**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Klaten yang telah memfasilitasi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Kepala Desa Borongan, bidan desa, kader Posbindu Pos 2 Melati, serta seluruh masyarakat yang telah berpartisipasi dan mendukung terlaksananya kegiatan ini.

#### **Daftar Pustaka**

- [1] Yasin VAN, Wahdiyati S, Rismawanti GS, Weningtyas VS, Jamil NA, Prianti YI. Determinan hipertensi pada peserta Posbindu PTM (penyakit tidak menular) Puskesmas Sawangan II. *Berkala Ilmiah Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat*. 2024;2(1):1-11. <https://doi.org/10.20885/bikkm.vol2.iss1.art1>.
- [2] Asda P, Syarifah NY. Penyuluhan kesehatan tentang hipertensi dan pemeriksaan tekanan darah pada lansia. *EJOIN: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 2023;1(10):1218-23. <https://doi.org/10.55681/ejoin.v2i10.1686>.
- [3] Nurdianti L, Parha SZ, Rosmawati E, Laksana TP, Yuliansyah I, Nurbaitin AM, et al. Membangun

- kesadaran masyarakat mengenai hipertensi melalui gaya hidup sehat di Dusun Nyalindung Kabupaten Tasikmalaya. Ahmar Metakarya: Jurnal Pengabdian Masyarakat. 2025;5(1):128–33. <https://doi.org/10.53770/amjpm.v5i1.581>.
- [4] Lusida N, Putri AN, Sudarmin A, Fuadiyah F, Hasanah I. The influence of providing hypertension education on community knowledge in the Sawah District Area, South Tangerang City. *As-Syifa*. 2023;16:66–75.
- [5] Damayanti E, Afriyani, Zahra GNA, Vanadis ZA. Penyuluhan tentang hipertensi dan pemeriksaan tekanan darah pada kelompok masyarakat tani di Desa Jati Mulyo, Jati Agung, Lampung Selatan, Lampung. *JPM Ruwa Jurai*. 2025;10(1):68–72. <https://doi.org/10.23960/jpmrj.v10i1.3615>.
- [6] Ismawatie E, Jimat RT, Susanto E, Supriyanto EE, Al-Jufri MS. Peningkatan kesadaran masyarakat tentang hipertensi melalui edukasi dan pelatihan. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 2025;6(5):5663–66. <https://doi.org/10.31004/cdj.v6i5.49991>.
- [7] Ginting A. Pelatihan dan pendampingan kader Posbindu dalam pengendalian hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mandira Cendikia*. 2024;3(3):67–72.
- [8] Wardani MTK, Vinsur EYY, Astutik ND. Pengaruh pemberian edukasi terhadap tingkat pengetahuan hipertensi menggunakan modul di Puskesmas Tajinan Malang. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*. 2025;9(2):167–71. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v9i2.780>.
- [9] Mudayana AA, Widyaningrum R, Kusuma OW, Dilansari VA, Dewi CK, Febiyana C, et al. Edukasi kesehatan pencegahan hipertensi untuk masyarakat sehat di wilayah kerja Puskesmas Banguntapan III, Bantul, Yogyakarta. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*. 2025;10(1):132–40. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v10i1.8175>.
- [10] Setiyaningrum ID, Haswan D, Novianti AP, Muna SA. Edukasi hipertensi kepada pasien lansia Puskesmas Leyangan di Desa Kalirejo. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*. 2025;6(4):5186–95. <https://doi.org/10.55338/jpkmn.v6i4.7214>.
- [11] Oktaviana, E., Rispawati, B.H., Peningkatan Pengetahuan pada Pasien Hipertensi melalui Edukasi, 2023, ADMA: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat, Vol 4 (1). doi: 10.30812/adma.v4i1.2698
- [12] Santoso AH, Sari T, Kurniawan J, Nathaniel F, Gaofman BA, Lo GC, et al. Upaya meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap hipertensi dan pencegahannya pada komunitas lanjut usia. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Sisthana*. 2023;5(2):45–53. <https://doi.org/10.55606/pkmsisthana.v5i2.827>.