

UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN MENGENAI HIPERTENSI TERHADAP
MASYARAKAT DESA PAKEMITAN KECAMATAN CIKATOMAS KABUPATEN
TASIKMALAYA

Firman Gustaman^{1*}, Evan Pebriana², Rizki Rafiq Abdillah³, Dela Sukma Al
Febri⁴, Tasya Octavia⁵, Arnissa Kania Dewi⁶, Nadhira Zahra⁷

¹⁻⁷Fakultas Farmasi, Universitas Bakti Tunas Husada

Email Korespondensi: firmangustaman@universitas-bth.ac.id

Disubmit: 01 Agustus 2024

Diterima: 20 April 2026

Diterbitkan: 01 Mei 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v9i5.16660>

ABSTRAK

Hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darah dalam pembuluh darah meningkat secara konsisten. Ini adalah masalah kesehatan masyarakat di negara maju maupun negara berkembang. Hipertensi adalah penyebab utama penyakit kardiovaskular, seperti penyakit kardiovaskular, stroke, serangan jantung, dan gagal jantung. Penyebab hipertensi bervariasi, termasuk genetik, obesitas, gaya hidup yang tidak sehat, dan kondisi medis lainnya seperti penyakit ginjal. Program penyuluhan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat pedesaan tentang tekanan darah tinggi dan efeknya terhadap kesehatan mereka. Penyuluhan diberikan kepada 19 peserta, dan dilakukan dengan presentasi PowerPoint. Ada juga pre-test dan post-test. Dari analisis perbandingan pre-test dan post-test menunjukkan bahwa 19 responden memperoleh pengetahuan yang lebih banyak, dengan nilai p-value (0,006) dibawah 0,05. Ini menunjukkan bahwa ada perbedaan signifikan antara nilai skor responden untuk penyuluhan hipertensi sebelum dan sesudah tes. masyarakat Kampung Citeureup di desa Pakemitan, kecamatan Cikatomas, Kabupaten Tasikmalaya menyambut program penyuluhan hipertensi dengan baik.

Kata Kunci: Hipertensi, Penyuluhan, Pengetahuan.

ABSTRACT

Hypertension is a condition in which blood pressure in the blood vessels consistently increases. This is a public health problem in both developed and developing countries. Hypertension is the main cause of cardiovascular disease, such as cardiovascular disease, stroke, heart attack and heart failure. The causes of hypertension vary, including genetics, obesity, unhealthy lifestyles, and other medical conditions such as kidney disease. this outreach program is to increase awareness in rural communities about high blood pressure and its effects on their health. Counseling was given to 19 participants, and carried out using PowerPoint presentations. There is also a pre-test and post-test. The comparative analysis of the pre-test and post-test shows that 19 respondents gained more knowledge, with a p-value (0.006) below 0.05. This shows that there is a significant difference between the respondents' scores regarding hypertension education before and after the test. The people of Citeureup

Village in Pakemitan village, Cikatomas subdistrict, Tasikmalaya Regency welcomed the hypertension education program.

Keywords: *Hypertension, Counseling, Knowledge.*

1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan kondisi dimana tekanan darah dalam pembuluh darah meningkat secara kronis. Tekanan darah normal adalah kurang dari 120 mmHg untuk tekanan darah sistolik dan kurang dari 80mmHg untuk tekanan darah diastolik (Wulandari & Sari, 2023). Jika tekanan darah sistolik, diastolik, atau keduanya melebihi batas tersebut, seseorang dianggap menderita hipertensi. Kondisi ini dapat mengakibatkan kerusakan pada organ-organ tubuh seperti jantung, otak, ginjal, dan pembuluh darah. Tekanan darah yang tinggi dapat menyebabkan pembuluh darah menjadi kaku dan menyempit, mengganggu aliran darah. Hal ini mengharuskan jantung untuk bekerja lebih keras, yang pada akhirnya dapat merusak jantung. Selain itu juga hipertensi juga dapat merusak otak dan ginjal (Andrianto, 2022). Hipertensi umumnya merupakan penyakit yang di sebabkan oleh berbagai faktor, atau multifaktor, dimana lebih dari satu elemen berkontribusi terhadap terjadinya kondisi tersebut. Faktor-faktor ini meliputi karakteristik individu seperti jenis kelamin, usia, dan komplikasi penyakit yang mungkin ada. (Immanuela et al., 2023)

Jenis kelamin mempengaruhi kemungkinan seseorang mengalami hipertensi, dengan pria lebih cenderung terkena kondisi ini dibandingkan Wanita. Namun, setelah menopause, resiko Wanita mengalami hipertensi meningkat dan bahkan dapat melampaui risiko pria. Hal ini disebabkan oleh peran hormon estrogen pada Wanita yang biasanya membantu meningkatkan kadar HDL (High Density Lipoprotein) dalam tubuh, yang dapat melindungi dari aterosklerosis. Selain jenis kelamin, usia juga merupakan faktor penting. Hipertensi lebih umum terjadi pada orang tua, yang dipengaruhi oleh proses degenerative seiring bertambahnya usia (Kedokteran et al., 2022).

Komplikasi penyakit juga dapat memperburuk kondisi hipertensi atau membuat pengendaliannya menjadi lebih sulit. Faktor-faktor Kesehatan lain seperti diabetes, obesitas, penyakit ginjal, dan penyakit jantung dapat mempengaruhi risiko terjadinya hipertensi, dan kombinasi dari faktor-faktor ini dapat mempengaruhi sejauh mana seseorang mengalami hipertensi (Immanuela et al., 2023). Menurut *World Health Organization* Hipertensi dinyatakan sebagai masalah Kesehatan Masyarakat global yang signifikan, mempengaruhi sekitar 1 miliar orang di seluruh dunia dan menyebabkan lebih dari 10 juta kematian setiap tahunnya. Prevalensi hipertensi secara global mencapai sekitar 22% dari total penduduk dunia. Dengan dampaknya yang luas dan resiko komplikasi serius yang ditimbulkannya, penanganan hipertensi menjadi prioritas dalam Upaya Kesehatan global (Lu et al., 2020).

Hipertensi dan Diabetes di Indonesia Pada tahun 2019, prevalensi hipertensi terstandar usia (*age-standardized*) pada kelompok usia 30-79 tahun di dunia dan di Kawasan Asia Tenggara berturut-turut adalah 33,1% dan 32,4%⁹. Di Indonesia, berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2018, prevalensi hipertensi adalah 34,1%. Sementara itu, prevalensi diabetes di dunia dan Kawasan Asia Tenggara adalah, berturut-

turut, 10,6% dan 8,8% pada tahun 2021. Menurut hasil Riskesdas pada tahun 2018, prevalensi diabetes di Indonesia adalah 10,9%. International Diabetes Federation (IDF) memproyeksikan bahwa jumlah dan prevalensi penyandang diabetes berusia 20-79 tahun di Indonesia akan semakin meningkat dari tahun ke tahun.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Kegiatan penyuluhan masyarakat dalam upaya peningkatan pengetahuan mengenai hipertensi terhadap masyarakat desa citeureup, karena jumlah penderita hipertensi yang tinggi dan kurangnya pemahaman masyarakat tentang hipertensi, masalah yang diselesaikan dalam kegiatan penyuluhan masyarakat ini yaitu untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi. Di mana hal itu sangat bermanfaat bagi masyarakat, meningkatkan kesadaran akan pentingnya mengelola tekanan darah dengan benar. Rumusan pertanyaan kegiatan ini adalah apakah ada perbedaan setelah dan sebelum pemaparan materi. Pemberian edukasi kepada penduduk kampung Citeureup di Kecamatan Cikatomas, Kabupaten Tasikmalaya.



Gambar 1. Lokasi PKM

3. KAJIAN PUSTAKA

Hipertensi adalah salah satu penyakit tidak menular, di mana tekanan darah seseorang dalam pembuluh darah arteri tinggi hingga $\geq 140/90$ mmHg. Tekanan darah yang tinggi bisa memberikan beban ekstra pada jantung dan pembuluh darah, serta meningkatkan kemungkinan terkena penyakit serius seperti stroke, serangan jantung, gagal ginjal, dan penyakit lainnya. Seringkali, tekanan darah tinggi tidak menunjukkan gejala yang jelas, sehingga penting untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara teratur untuk mendeteksi dan mengelola kondisi ini secara dini (Adrian, 2019).

Hipertensi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko, termasuk faktor yang dapat dikendalikan seperti gaya hidup, kegemukan, konsumsi rokok, dan stres. Di sisi lain, faktor risiko yang tidak dapat dikendalikan meliputi usia, faktor genetik, jenis kelamin, ras dan etnis, serta adanya penyakit kronis (Kartika et al., 2021). Ibu hamil memiliki risiko terkena hipertensi, yang juga dikenal sebagai pre-eklampsia, kondisi serius yang dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah selama kehamilan (Seftianingtyas, 2021).

Penyuluhan kesehatan merupakan proses dimana informasi dan edukasi disampaikan kepada individu atau kelompok dengan tujuan meningkatkan pemahaman mereka tentang kesehatan, serta mendorong perubahan perilaku menuju gaya hidup yang lebih sehat. Fokus utamanya adalah memberdayakan individu untuk dapat mengambil keputusan yang lebih baik terkait kesehatan pribadi mereka, dengan upaya pencegahan atau pengurangan risiko penyakit dan masalah kesehatan (Saraswati et al., 2022).

4. METODE

Metodologi penelitian yang digunakan melibatkan 19 peserta, dengan penyuluhan yang difasilitasi melalui penggunaan presentasi PowerPoint dan dilakukannya pre dan post-test.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Artikel ini memaparkan implementasi untuk memberikan edukasi terhadap masyarakat mengenai hipertensi dan evaluasi berdampak pada peningkatan kesadaran dan perubahan perilaku dalam pengelolaan kesehatan. Penyuluhan ini dilakukan di Desa Pakemitan, tepatnya di Dusun Citeureup, Kecamatan Cikatomas, dimana kegiatan penyuluhan tersebut dilakukan di Balai Kampung Dusun Citeureup. Kegiatan tersebut dilaksanakan pada hari Rabu, tanggal 17 Juli 2024. Responden yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 19 orang dengan urutan pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut: peninjauan lokasi kegiatan, penyiapan sarana dan prasarana, serta materi, pengisian pretest, penyampaian materi, sesi tanya jawab, dan di akhiri dengan pengisian *post test*.

Sebelum penyampaian materi, peserta diinstruksikan untuk mengisi pretest dengan tujuan untuk melakukan evaluasi awal terhadap pengetahuan atau kemampuan seseorang sebelum dilakukan penyampaian materi. Dalam *pre test* berisi materi seputar hipertensi, seperti pengertian hipertensi, gejala hipertensi, tekanan darah normal, faktor risiko hipertensi, dan dampak hipertensi. Setelah mengisi pretest, kegiatan selanjutnya adalah penyampain materi. Materi yang disampaikan memuat tentang pengetahuan hipertensi, gejala hipertensi, dampak hipertensi, faktor yang mempengaruhi hipertensi, pencegahan hipertensi, tips bagi penderita hipertensi, cara menurunkan tekanan darah, dan pengobatan tradisional untuk hipertensi. Foto kegiatan penyuluhan yang dilakukan dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan

Setelah pemaparan materi dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Masyarakat antusias melontarkan beberapa pertanyaan seperti mengapa tekanan darah bisa tinggi namun tidak ada gejala hipertensi dan kapan waktu yang tepat untuk mengkonsumsi infusa daun salam untuk pengobatan tradisional hipertensi. Selanjutnya setelah dilakukan sesi tanya jawab, peserta diinstruksikan untuk mengisi posttest. Pengisian *post test* bertujuan untuk mengevaluasi pemahaman setelah peserta menjalani proses penyampaian materi. Tujuan diberikannya *Post test* yaitu agar dapat mengukur sejauh mana pengetahuan sesuai yang diharapkan setelah mengikuti program edukasi.

Tabel 1. Hasil Rata-Rata Nilai Evaluasi

Kelompok	N	Rata-Rata	Sig.
<i>Pretest</i>	19	3,47	0,00
<i>Post-test</i>	19	4,42	

Berdasarkan hasil perbandingan pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan, dari 19 responden dengan nilai p-value (0,006) dibawah (0,05). Dengan demikian menunjukkan hasil yang didapat perbedaan yang signifikan antara nilai skor sebelum responden dan sesudah nilai responden penyuluhan hipertensi. Data hasil skor pre-test dan post-test yang telah diperoleh kemudian diolah menggunakan Software SPSS uji paired sampel T-Test-t data pada hasil yang diperoleh sebanyak 19 orang menunjukkan bahwa yang berusia >50 (63%) tahun lebih banyak daripada 20-30 (15,8%) tahun, 31-40 (5,2%) tahun dan 41-50 (15,8%) tahun. Dari hasil data tersebut terdapat peningkatan pengetahuan peserta setelah materi dilakukan tentang penyuluhan penyakit hipertensi. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat dampak yang positif dari penyuluhan mengenai hipertensi. Peserta menjadi lebih tahu mengenai pengetahuan hipertensi, gejala hipertensi, dampak hipertensi, faktor yang mempengaruhi hipertensi, pencegahan hipertensi, tips bagi penderita hipertensi, cara menurunkan tekanan darah, dan pengobatan tradisional untuk hipertensi, dan konsekuensi jangka panjang dari kondisi tersebut terhadap kesehatan.

b. Pembahasan

Penyuluhan dan sosialisasi tentang hipertensi merupakan salah satu aspek krusial dalam upaya pencegahan penyakit kronis di masyarakat. Tujuan dari penyampaian materi adalah untuk meningkatkan pengetahuan peserta tentang pengetahuan hipertensi, gejala hipertensi, dampak hipertensi, faktor yang mempengaruhi hipertensi, pencegahan hipertensi, tips bagi penderita hipertensi, cara menurunkan tekanan darah, dan pengobatan tradisional untuk hipertensi, dan konsekuensi jangka panjang dari kondisi tersebut terhadap kesehatan. Dengan pemahaman yang lebih baik, peserta dapat lebih menyadari pentingnya mengelola tekanan darah mereka dengan baik. Selain itu, tujuan penyuluhan tentang hipertensi adalah untuk mendorong perubahan perilaku.

Hal ini dapat mendorong masyarakat untuk menjalani gaya hidup yang lebih sehat, yang dapat mengurangi risiko terkena atau

memperburuk hipertensi, seperti menjaga diet yang sehat, berolahraga secara teratur, menghindari merokok, dan mengelola stres. Berdasarkan hasil penyuluhan yang dilakukan di Dusun Citeureup, antusiasme yang tinggi dari ibu-ibu setempat terlihat jelas selama sesi materi tentang hipertensi. Keberhasilan ini terlihat dari peningkatan skor pada *post-test* yang lebih tinggi dibandingkan *pre-test*. Peningkatan ini menunjukkan bahwa sebelum penyuluhan, pengetahuan masyarakat terkait hipertensi masih kurang. Oleh karena itu, penyuluhan yang efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat sangat penting.

Faktor-faktor yang sering menyebabkan terjadinya hipertensi dibagi dalam dua kelompok besar, yaitu faktor yang melekat atau tidak dapat diubah seperti jenis kelamin, umur, genetik dan faktor yang dapat diubah seperti pola makan, kebiasaan olah raga dan lain-lain. Penyakit hipertensi akan menjadi masalah yang serius jika tidak ditangani sedini mungkin akan berkembang dan menimbulkan komplikasi yang berbahaya seperti terjadinya penyakit jantung, gagal jantung kongestif, stroke, gangguan penglihatan, dan penyakit ginjal (Putri, 2018); (Hamzah, 2022).

6. KESIMPULAN

Program penyuluhan hipertensi di Kampung Citeureup Desa Pakemitan Kecamatan Cikatomas Kabupaten Tasikmalaya terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai penyakit hipertensi.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Andrianto. 2022. Buku Ajar Menangani Hipertensi. Edisi 1. Surabaya: Airlangga University Press.
https://www.google.co.id/books/edition/Buku_Ajar_Menangani_Hipertensi/rG2dEAAAQBAJ?hl=en&gbpv=1&dq=definisi+hipertensi&pg=PA1&printsec=frontcover. [Diakses 15 Desember 2022].
- Alamsyah, A., Ikhtiaruddin, I., Priwahyuni, Y., & VGB, C. (2021). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Dalam Pencegahan Hipertensi Serta Pengukuran Tekanan Darah Untuk Deteksi Dini Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, 1(1), 10-19.
- Astutiatmaja, M. A., Arlitasari, S. I., Azzahra, F. H. P., Damayanti, A. R., Izzuddin, A. M., Ananda, A. T., ... & Umaroh, A. K. (2022, August). Penyuluhan hipertensi sebagai upaya peningkatan pengetahuan dan pencegahan hipertensi di Posyandu Purbosari 5 Desa Purbayan Kabupaten Sukoharjo. In *Proceeding National Health Conference of Science* (pp. 100-107).
- Asih, S. W., & Rohimah, M. A. (2021). Upaya peningkatan pengetahuan lansia tentang hipertensi melalui Health Education Program CERDIK di wilayah kerja Puskesmas Patrang Kabupaten Jember. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(1).
- Azizah, S. N., Kurniasari, R., & Harianti, R. (2023). Pengaruh Edukasi Gizi melalui Media KIE Gizi terhadap Pengetahuan Hipertensi pada Penderita Hipertensi: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(5), 807-813.

- Budiman, A. A., Prastiwi, F., Rosida, N. A., & Rahmad, M. N. (2023). Upaya Peningkatan Pengetahuan Lansia dengan Hipertensi dalam Menangani Kecemasan dengan Relaksasi Nafas Dalam. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(8), 3268-3275.
- Fakhriyah, F., Athiyya, N., Jubaidah, J., & Fitriani, L. (2021). Penyuluhan hipertensi melalui whatsapp group sebagai upaya pengendalian hipertensi. *Selaparang*, 4(2), 435-442.
- Immanuela, J. F., Noveyani, A. E., & Meikalinda, A. (2023). Epidemiologi Deskriptif Hipertensi di Puskesmas Arjasa Kabupaten Jember. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 148-159. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.2i1.1509>
- Karini, T. A., Syahrir, S., Rezki, S. S., Lestari, N. K., Mardiah, A., Nuriyah, I., ... & Ayudia, I. (2022). Penyuluhan sebagai upaya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi. *Sociality: Journal of Public Health Service*, 72-79.
- Kedokteran, J. P., Dan, P., Tanaman, P., Tradisional Untuk Pencegahan, O., Hipertensi, P., Lanna, D., Parangloe, K., Gowa Sri, K., Gayatri, W., Siti, A., & Arsal, F. (2022). *Penerbit: Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia*. 3(2).
- Lu, Y., Yan, H., Yang, J., & Liu, J. (2020). Occupational stress and psychological health impact on hypertension of miners in noisy environment in Wulumuqi, China: a case-control study. *BMC Public Health*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09760-9>
- Langingi, A. R., Watung, G. V., Tumiwa, F. F., Warwuru, P. M., & Sibua, S. (2020). Upaya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan hipertensi desa muntoi kabupaten bolaang mongondow. *Jurnal Salam Sehat Masyarakat (JSSM)*, 1(2).
- Panma, Y., & Clara, H. (2022). Penyegaran kader kesehatan sebagai upaya peningkatan pengetahuan tentang pencegahan hipertensi dan diabetes melitus. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 6(2), 1360-1368.
- Putri, H. (2018). Upaya peningkatan pengetahuan tentang hipertensi melalui metode penyuluhan. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 171-176.
- Prasetya, C. H. (2015). Efektifitas pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan keluarga tentang hipertensi. *Mutiara Medika: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 15(1), 67-74.
- Priyadarsani, A. M. A., Sutresna, I. N., & Wirajaya, I. G. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Upaya Pencegahan Kekambuhan Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 12(1), 101-106.
- Shabrina, S. Q., & Koesyanto, H. (2023). Kejadian Hipertensi pada Pekerja Bagian Machining. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 7(1), 12-18. <https://doi.org/10.15294/higeia.v7i1.59204>
- Sudarsono, E. K. R., Sasmita, J. F. A., Handyasto, A. B., Arissaputra, S. S., & Kuswantiningsih, N. (2017). Peningkatan pengetahuan tentang hipertensi guna perbaikan tekanan darah pada anak muda di Dusun Japanan, Margodadi, Sayegan, Sleman, Yogyakarta. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 26-38.