

Program Edukasi dan Skrining Tekanan Darah dalam Pencegahan Hipertensi di Desa Palakka

Rahmat Hidayat¹, Faisal², Robertus Masyhuri³, Fani Fionita⁴, Regina Margaretha Lefteuw⁵

^{1,2,3} Program Studi Keperawatan, Universitas Famika, Grand Central BTP. 12, Tamalanrea, Kec. Tamalanrea, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90222

E-mail: rahmat439@gmail.com

* Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v5i1.7565>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 18 July 2026

Revised: 25 July 2026

Accepted: 10 Aug 2026

Kata Kunci

edukasi kesehatan, hipertensi, pencegahan, skrining tekanan darah, Masyarakat.

Keywords

health education, hypertension, prevention, blood pressure screening, community.



ABSTRACT

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi penyebab utama morbiditas dan mortalitas di dunia. Penyakit ini dikenal sebagai silent killer karena sering kali tidak menunjukkan gejala hingga terjadi komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal, dan kematian. Tingginya prevalensi hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, obesitas, merokok, serta rendahnya kesadaran masyarakat dalam melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan dan deteksi dini hipertensi. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi, faktor risiko, pencegahan, serta deteksi dini melalui pemeriksaan tekanan darah di Desa Palakka. Kegiatan dilaksanakan selama dua hari dengan melibatkan 82 peserta yang terdiri atas 35 laki-laki dan 47 perempuan. Metode yang digunakan meliputi edukasi kesehatan tentang hipertensi, penyuluhan faktor risiko hipertensi, skrining tekanan darah, konseling hasil pemeriksaan, dan pembagian media edukasi kesehatan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan rata-rata pengetahuan peserta dari 61,4 sebelum edukasi menjadi 84,2 setelah edukasi. Hasil skrining tekanan darah menunjukkan bahwa 34 peserta (41,5%) memiliki tekanan darah normal, 26 peserta (31,7%) termasuk kategori pra hipertensi, dan 22 peserta (26,8%) termasuk kategori hipertensi. Program ini berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi dan mendukung deteksi dini tekanan darah tinggi. Edukasi kesehatan dan skrining tekanan darah dapat menjadi strategi promotif dan preventif yang efektif dalam mendukung pengendalian hipertensi berbasis masyarakat.

Hypertension is one of the non-communicable diseases that contributes significantly to morbidity and mortality worldwide. This disease is known as a silent killer because it often does not show specific symptoms until serious complications occur, such as stroke, coronary heart disease, kidney failure, and death. The high prevalence of hypertension is influenced by various risk factors, including unhealthy dietary patterns, insufficient physical activity, obesity, smoking habits, and low public awareness of the importance of regular health check-ups. Therefore, promotive and preventive efforts through health education and early detection of hypertension are needed. This Community Service Program (PKM) aimed to improve community knowledge regarding hypertension, risk factors, prevention, and early detection through blood pressure screening in Palakka Village. The activity was conducted for two days and involved 82 participants, consisting of 35 males and 47 females. The methods implemented included health education on hypertension, counseling on hypertension risk factors, blood pressure screening, counseling based on examination results, and the distribution of health education materials. The results showed an increase in the participants' average knowledge score from 61.4 before the education session to 84.2 after the education session. Blood pressure screening results showed that 34 participants (41.5%) had normal blood pressure, 26 participants (31.7%) were categorized as pre-hypertension, and 22 participants (26.8%) were categorized as hypertension. This program successfully improved community knowledge regarding hypertension and supported the early detection of high blood pressure. Health education and blood

pressure screening can serve as effective promotive and preventive strategies to support community-based hypertension control.



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

How to Cite: Rahmat Hidayat et al (2026). Program Edukasi dan Skrining Tekanan Darah dalam Pencegahan Hipertensi di Desa Palakka 5(1). <https://doi.org/10.31004/jerkin.v5i1.7565>

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan utama di dunia karena sering berkembang tanpa menunjukkan gejala yang khas. Kondisi ini menyebabkan banyak penderita tidak menyadari bahwa dirinya mengalami hipertensi hingga muncul komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, dan kematian. Hipertensi disebut sebagai *silent killer* karena penyakit ini dapat terjadi dan berkembang dalam periode yang panjang tanpa disertai keluhan atau tanda klinis yang jelas. (Mills et al., 2020). Secara global, diperkirakan sekitar 1,4 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun hidup dengan hipertensi pada tahun 2024, dan sekitar 600 juta orang (44%) belum mengetahui bahwa mereka mengalami kondisi tersebut (WHO, 2025).

Di Indonesia, hipertensi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun mencapai 34,1% dan menunjukkan kecenderungan meningkat dibandingkan periode sebelumnya (Kemenkes, 2023).

Hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko yang terdiri atas faktor yang tidak dapat dimodifikasi dan faktor yang dapat dimodifikasi. Faktor yang tidak dapat dimodifikasi meliputi usia, jenis kelamin, dan riwayat keluarga. Sementara itu, faktor yang dapat dimodifikasi meliputi pola makan tinggi garam, konsumsi makanan berlemak, kurang aktivitas fisik, obesitas, merokok, konsumsi alkohol, dan stress (Imelda, Fidiariani Sjaaf & Paf, 2020).

Salah satu permasalahan yang sering ditemukan di masyarakat adalah rendahnya kesadaran untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Banyak individu baru mengetahui dirinya mengalami hipertensi setelah muncul komplikasi atau gangguan kesehatan yang lebih serius (Yoon et al., 2023). skrining tekanan darah secara berkala menjadi langkah penting untuk menemukan individu berisiko dan melakukan intervensi lebih awal dalam upaya pencegahan serta pengendalian hipertensi (Martin et al., 2025).

Edukasi kesehatan merupakan salah satu strategi promosi kesehatan yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai penyakit dan faktor risiko kesehatan. Peningkatan pengetahuan melalui edukasi kesehatan dapat mendukung perubahan perilaku, seperti penerapan pola makan sehat dan modifikasi gaya hidup, yang berperan dalam pencegahan serta pengendalian hipertensi (Jamiu et al., 2024). Hal ini sejalan dengan penelitian Ibrahim et al. (2023) yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mengenai hipertensi mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang faktor risiko, pencegahan, dan pengendalian hipertensi.

Desa Palakka merupakan salah satu wilayah yang memiliki masyarakat dengan risiko terjadinya hipertensi akibat perubahan pola hidup dan kurangnya pemeriksaan kesehatan secara berkala. Berdasarkan hasil observasi awal dan koordinasi dengan pemerintah desa, masih ditemukan masyarakat yang belum memahami faktor risiko hipertensi dan pentingnya deteksi dini melalui pemeriksaan tekanan darah. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada edukasi kesehatan dan skrining tekanan darah sebagai upaya promotif dan preventif dalam pencegahan hipertensi.

Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi, faktor risiko, pencegahan, serta melakukan deteksi dini melalui pemeriksaan tekanan darah sehingga masyarakat dapat lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan dan menerapkan pola hidup sehat.

METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan selama 2 hari pada bulan April tahun 2026 di Posyandu Desa Kahu yang digunakan sebagai lokasi pelaksanaan kegiatan. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan sebanyak 82 orang yang terdiri atas 35 laki-laki dan 47 perempuan.

Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu persiapan, edukasi kesehatan, skrining tekanan darah, konseling kesehatan, dan evaluasi kegiatan.

Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan pemerintah desa, kader kesehatan, dan tokoh masyarakat, penyusunan materi edukasi, serta persiapan alat pemeriksaan tekanan darah dan media edukasi berupa leaflet.

Tahap edukasi kesehatan dilakukan menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab. Materi yang diberikan meliputi pengertian hipertensi, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, serta upaya pencegahan melalui penerapan pola hidup sehat.

Tahap skrining dilakukan dengan mengukur tekanan darah seluruh peserta menggunakan tensimeter. Hasil pemeriksaan dicatat dan digunakan sebagai dasar dalam pemberian konseling kesehatan. Peserta yang memiliki tekanan darah di atas normal diberikan konseling mengenai pengaturan pola makan, aktivitas fisik, pengendalian stres, dan pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala.

Evaluasi dilakukan melalui pengukuran tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah edukasi serta observasi partisipasi masyarakat selama kegiatan berlangsung. Data dianalisis secara deskriptif menggunakan distribusi frekuensi, persentase, dan nilai rata-rata.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Peserta

Kegiatan diikuti oleh 82 peserta yang terdiri atas kelompok dewasa dan lansia. Karakteristik peserta berdasarkan jenis kelamin dan kelompok usia disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Peserta

Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
Laki-laki	35	42,7
Perempuan	47	57,3
Dewasa (18–59 tahun)	56	68,3
Lansia (≥ 60 tahun)	26	31,7
Total	82	100

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa peserta perempuan lebih banyak dibandingkan peserta laki-laki. Kelompok usia dewasa mendominasi peserta kegiatan dengan persentase 68,3%, sedangkan kelompok lansia sebesar 31,7%. Tingginya keterlibatan kelompok dewasa dan lansia menunjukkan bahwa masyarakat memiliki kesadaran yang cukup baik terhadap pentingnya kegiatan pencegahan penyakit tidak menular, khususnya hipertensi.

Pelaksanaan Edukasi Hipertensi dan Peningkatan Pengetahuan Masyarakat

Kegiatan edukasi kesehatan dilaksanakan melalui penyampaian materi mengenai hipertensi, faktor risiko, komplikasi, serta langkah-langkah pencegahan hipertensi. Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi melalui diskusi aktif dan sesi tanya jawab.

Untuk mengetahui efektivitas kegiatan edukasi, dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan.

Tabel 2. Perbandingan Nilai Pengetahuan Peserta

Variabel	Sebelum	Sesudah
Rata-rata Pengetahuan	61,4	84,2

Hasil pada Tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan peserta meningkat dari 61,4 sebelum edukasi menjadi 84,2 setelah edukasi. Peningkatan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai hipertensi, faktor risiko, komplikasi, dan upaya pencegahannya.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Ibrahim et al. (2023) yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mengenai hipertensi mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang faktor risiko, pencegahan, dan pengendalian hipertensi. Fauzi et al. (2020) juga menunjukkan bahwa program edukasi berbasis masyarakat mampu meningkatkan kesadaran individu dalam mengenali faktor risiko penyakit dan menerapkan perilaku hidup sehat.

Peningkatan pengetahuan melalui edukasi Kesehatan adalah bagian penting dalam membentuk perilaku kesehatan yang mendukung pencegahan dan pengendalian hipertensi. Individu yang memiliki pemahaman yang baik mengenai faktor risiko hipertensi akan lebih mudah menerapkan perilaku hidup

sehat, seperti pengaturan pola makan, peningkatan aktivitas fisik, dan pengendalian kebiasaan berisiko (Hapsari et al., 2023)

Hasil Skrining Tekanan Darah

Skrining tekanan darah dilakukan kepada seluruh peserta sebagai upaya deteksi dini hipertensi.

Tabel 3. Hasil Skrining Tekanan Darah

Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Normal	34	41,5
Pra Hipertensi	26	31,7
Hipertensi	22	26,8
Total	82	100

Hasil skrining menunjukkan bahwa sebanyak 34 peserta (41,5%) memiliki tekanan darah normal, 26 peserta (31,7%) berada pada kategori pra hipertensi, dan 22 peserta (26,8%) termasuk kategori hipertensi. Temuan ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh peserta (58,5%) memiliki risiko atau telah mengalami peningkatan tekanan darah.

Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian serius di masyarakat Desa Palakka. Tingginya proporsi peserta yang berada pada kategori pra hipertensi dan hipertensi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko, seperti pola makan tinggi garam dan riwayat hipertensi dalam keluarga yang diketahui berhubungan dengan kejadian hipertensi (Mulyasari et al., 2023)

Peserta yang memiliki tekanan darah di atas normal diberikan konseling kesehatan mengenai pengaturan pola makan, pembatasan konsumsi garam, peningkatan aktivitas fisik, pengendalian berat badan, dan pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala. Deteksi dini melalui skrining tekanan darah memungkinkan identifikasi kelompok berisiko sehingga tindakan pencegahan dapat dilakukan lebih awal (WHO, 2023)

Dokumentasi Kegiatan

Dokumentasi kegiatan merupakan bukti pelaksanaan program edukasi dan skrining tekanan darah yang dilaksanakan selama dua hari di Posyandu Desa Kahu dengan sasaran masyarakat Desa Palakka. Kegiatan meliputi registrasi peserta, edukasi kesehatan tentang hipertensi, pemeriksaan tekanan darah, konseling kesehatan, serta foto bersama peserta dan tim pelaksana



Gambar 1 & 2 : Dokumentasi pelaksanaan program edukasi kesehatan dan skrining tekanan darah dalam upaya pencegahan hipertensi di Desa Palakka.

Analisis dan Pembahasan Hasil Kegiatan

Secara keseluruhan, program edukasi dan skrining tekanan darah yang dilaksanakan di Desa Palakka memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai hipertensi. Peningkatan nilai pengetahuan setelah edukasi menunjukkan bahwa penyampaian informasi kesehatan secara langsung masih menjadi metode yang efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat.

Hasil skrining yang menunjukkan bahwa 58,5% peserta berada pada kategori pra hipertensi dan hipertensi mengindikasikan perlunya program kesehatan yang berkelanjutan di tingkat desa. Temuan ini sejalan dengan penelitian Adriani et al. (2023) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan yang dikombinasikan dengan skrining tekanan darah mampu meningkatkan kesadaran masyarakat dalam pengendalian hipertensi.

Program ini juga mendukung pendekatan promotif dan preventif yang menjadi fokus utama dalam pengendalian penyakit tidak menular. Melalui peningkatan pengetahuan dan deteksi dini, masyarakat

dapat lebih memahami pentingnya menjaga pola hidup sehat dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Dengan demikian, kegiatan edukasi dan skrining tekanan darah dapat menjadi model intervensi kesehatan berbasis masyarakat yang efektif dalam menurunkan risiko hipertensi dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

Keberlanjutan Program

Keberlanjutan program dilakukan melalui kerja sama antara pemerintah desa, kader kesehatan, dan puskesmas setempat. Beberapa strategi yang dapat dilakukan meliputi:

1. Pelaksanaan skrining tekanan darah secara rutin melalui Posbindu dan Posyandu.
2. Pemberdayaan kader kesehatan sebagai edukator kesehatan masyarakat.
3. Penyebaran media edukasi hipertensi secara berkelanjutan.
4. Pemantauan masyarakat yang memiliki risiko hipertensi.
5. Integrasi program pencegahan hipertensi dalam kegiatan kesehatan desa.

Program yang berkelanjutan diharapkan mampu meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pencegahan hipertensi dan menurunkan risiko terjadinya komplikasi penyakit tidak menular.

SIMPULAN

Program Edukasi dan Skrining Tekanan Darah dalam Pencegahan Hipertensi di Desa Palakka berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi dan mendukung deteksi dini tekanan darah tinggi. Rata-rata pengetahuan peserta meningkat dari 61,4 menjadi 84,2 setelah mengikuti edukasi kesehatan. Hasil skrining menunjukkan bahwa 34 peserta (41,5%) memiliki tekanan darah normal, 26 peserta (31,7%) termasuk kategori pra hipertensi, dan 22 peserta (26,8%) termasuk kategori hipertensi. Kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dan skrining tekanan darah merupakan strategi promotif dan preventif yang efektif dalam mendukung pengendalian hipertensi berbasis masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Pemerintah Desa Palakka, kader kesehatan, dan seluruh masyarakat yang telah mendukung serta berpartisipasi dalam pelaksanaan program edukasi kesehatan dan skrining tekanan darah sebagai upaya pencegahan hipertensi. Penghargaan dan terima kasih juga disampaikan kepada Universitas Famika atas dukungan kelembagaan sehingga kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik.

REFERENSI

- Adriani, S. W., Siti Putri Ayu Wulandari, I., Yatul, L., Husna, Noviyanti, S., & Dewi, P. S. (2023). *Jurnal ABDI MERCUSUAR*. 03(02), 57–64.
- Fauzi, Ridhwan, & Efendi, R. (2020). *Program pengelolaan penyakit hipertensi berbasis masyarakat dengan pendekatan keluarga di Kelurahan Pondok Jaya, Tangerang Selatan*. 4(2), 69–74.
- Hapsari, S., Kusuma, D. C., Karya, U., & Semarang, H. (2023). *Edukasi Kesehatan PHBS (Aktivitas Fisik, Pola Diet, Dan Berhenti Merokok) Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Pada Penderita Hipertensi*. 7(2), 70–74.
- Ibrahim, I. A., Basri, S., & Hidayat, M. (2023). *Upaya peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi di Dusun Je ' ne , Kecamatan Sanrobone , Takalar*. 2, 130–135.
- Imelda, Fidiariani Sjaaf, F., & Paf, P. (2020). *Faktor- Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun*. November, 68–77.
- Jamiu, M. O., Maiha, B. B., Danjuma, N. M., & Giwa, A. (2024). *Educational intervention on knowledge of hypertension and lifestyle / dietary modification among hypertensive patients attending a tertiary health facility in Nigeria*. 4, 1–11.
- Kemenkes. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. <https://www.kemkes.go.id/id/82-juta-warga-ikuti-cek-kesehatan-gratis>
- Martin, A., Santoso, A. H., Gunaidi, F. C., Mashadi, J., & Felicia, I. (2025). *Skrining dan Edukasi Hipertensi pada Populasi Dewasa di Masyarakat Hypertension Screening and Education in the Adult Population in the Community*. 4, 72–79.
- Mills, K. T., Stefanescu, A., & He, J. (2020). The global epidemiology of hypertension Katherine.

- Physiol. Behav.*, 176(1), 139–148. <https://doi.org/10.1038/s41581-019-0244-2>.The
- Mulyasari, S., Wurjanto, M. A., Hestningsih, R., & Adi, M. S. (2023). *Hubungan antara riwayat hipertensi dalam keluarga, status merokok, dan konsumsi garam dengan kejadian hipertensi pada usia 35–59 tahun di wilayah kerja Puskesmas Kebumen I*. 11(November), 639–644.
- WHO. (2023). *First WHO report details devastating impact of hypertension and ways to stop it*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240081062>
- WHO. (2025). *Hipertensi*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Yoon, S., Goh, H., Phang, J. K., & Kwan, Y. H. (2023). Socioeconomic and behavioral determinants of non - compliance with physician referrals following community screening for diabetes , hypertension and hyperlipidemia: a mixed - methods study. *Scientific Reports*, 1–12. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-47168-8>