

Penyuluhan “Pengobatan Darah Tinggi” Bagi Masyarakat Desa Manyaran

Putri Kristyaningsih^{1*}, Sri Wahyuni², Yohanes Andy Rias³, Ika Rahmawati⁴, Ninda Mulya Ike Ardila⁵, Sujatmiko⁶

^{1,2,3,4} Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Kesehatan, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

⁵S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

⁶S2 Kesehatan Masyarakat, FTMK, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

Email: putri.kristyaningsih@iik.ac.id

ABSTRAK

Jumlah kasus hipertensi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang perlu mendapat perhatian serius. Berdasarkan Profil Kesehatan Kabupaten Kediri tahun 2023, diperkirakan terdapat 452.571 penderita hipertensi usia ≥ 15 tahun di Kabupaten Kediri. Data ini menunjukkan bahwa antara laki-laki dan perempuan memiliki jumlah penderita yang hampir seimbang, namun cakupan pelayanan kesehatan baru mencapai sekitar 43,9 % dari total penderita, artinya masih banyak penderita yang belum mendapatkan pelayanan yang sesuai standar kesehatan. Sebagai pembandingan, prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil Riskesdas 2018 adalah 34,1 % pada usia ≥ 18 tahun, dan prevalensi di Provinsi Jawa Timur juga mengalami peningkatan dari periode sebelumnya (Riskesdas 2013) hingga periode 2018. Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang erat kaitannya dengan gaya hidup tidak sehat, seperti konsumsi garam berlebih, kurang aktivitas fisik, obesitas, serta stres. Di Desa Manyaran, keadaan ini dapat menjadi cerminan pola hidup masyarakat yang perlu ditingkatkan. Faktor risiko seperti pola makan tinggi garam, kurangnya pemeriksaan tekanan darah secara berkala, dan rendahnya pengetahuan tentang pencegahan hipertensi memperburuk situasi. Oleh karena itu, penguatan pendidikan kesehatan tentang pentingnya pengukuran tekanan darah rutin, pengaturan pola makan rendah garam, peningkatan aktivitas fisik, serta pengendalian berat badan sangat diperlukan. Pendidikan kesehatan yang menasar keluarga dan warga Desa Manyaran diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan peran aktif masyarakat dalam pengendalian tekanan darah tinggi. Dengan demikian, diharapkan angka penderita hipertensi yang tertangani lebih optimal dan tingkat komplikasi dapat ditekan, sehingga kesehatan masyarakat desa dapat meningkat secara keseluruhan.

Kata Kunci: Pengobatan Hipertensi, Lansia, Penyuluhan

1. PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu penyakit tidak menular (*non-communicable disease*) yang menjadi masalah kesehatan masyarakat baik secara global maupun di Indonesia. Hipertensi sering disebut silent killer karena banyak penderitanya tidak menyadari kondisi tekanan darahnya hingga muncul komplikasi serius seperti penyakit jantung koroner dan stroke. Menurut Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi

pada penduduk Indonesia usia ≥ 18 tahun mencapai 34,1 %, menunjukkan meningkatnya beban penyakit ini dibandingkan survei sebelumnya (Adam, 2025)

Prevalensi hipertensi di tingkat provinsi juga menunjukkan angka yang tinggi. Data Riskesdas 2018 mencatat bahwa di Provinsi Jawa Timur prevalensi hipertensi mencapai 36,3 % pada penduduk usia ≥ 18 tahun, dengan diperkirakan sekitar 11.702.478 jiwa terkena hipertensi (Adam, 2025). Angka ini menunjukkan bahwa lebih dari sepertiga penduduk Jawa Timur hidup dengan tekanan darah tinggi, yang mencerminkan perlunya upaya promotif dan preventif yang berkelanjutan di masyarakat.

Di tingkat lokal, situasi di Kabupaten Kediri juga memperlihatkan beban hipertensi yang signifikan. Menurut Profil Kesehatan Kabupaten Kediri 2023, estimasi jumlah penderita hipertensi usia ≥ 15 tahun mencapai 452.571 orang. Data ini menunjukkan bahwa hampir setengah juta warga Kabupaten Kediri dipengaruhi oleh kondisi hipertensi, namun belum semua mendapatkan pengobatan atau pemantauan tekanan darah secara teratur. Penanganan yang belum optimal ini berpotensi meningkatkan risiko komplikasi dan beban kesehatan jangka panjang di masyarakat (Rahajeng, 2019).

Meskipun layanan kesehatan untuk hipertensi telah tersedia di banyak fasilitas, capaian pengendalian tekanan darah masih belum optimal. Sebagai contoh, data di wilayah Kota Kediri menunjukkan bahwa dari ribuan penderita yang terdaftar, hanya sebagian kecil yang berhasil mengendalikan hipertensinya melalui pengobatan dan kontrol teratur. Hal ini menunjukkan adanya tantangan dalam hal kepatuhan pengobatan, deteksi dini, dan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi yang perlu diatasi melalui langkah promotif seperti edukasi dan penyuluhan Kesehatan (Sulastri & Ramadhani, 2020).

Faktor risiko hipertensi bersifat multifaktorial, termasuk usia, diet tinggi garam, obesitas, kurangnya aktivitas fisik, serta rendahnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya pemeriksaan tekanan darah rutin (Putri & Widodo, 2019). Rendahnya pengetahuan dan praktik pengelolaan hipertensi dapat memperburuk prevalensi penyakit ini di masyarakat, termasuk di Desa Manyaran. Oleh karena itu, penyuluhan tentang pengobatan darah tinggi (hipertensi) sangat dibutuhkan sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku warga dalam mencegah dan mengendalikan hipertensi serta komplikasinya secara efektif.

2. METODE PENGABDIAN

2.1. Waktu dan Tempat Pengabdian

Lokasi pengabdian masyarakat adalah Balai Desa Manyaran Kecamatan Grogol Kabupaten Kediri. Waktu pelaksanaan pada tanggal 12 Oktober 2025. Sebelum pelaksanaan dilakukan persiapan pada 10 September – 11 Oktober 2025..

2.2. Metode Pengabdian

2.2.1. Diskusi

Dilakukan sebelum dilakukan ceramah dan sesudah dilakukan ceramah. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan terkait penanganan hipertensi.

2.2.2. Ceramah

Dilakukan dengan tujuan untuk memberikan informasi kepada peserta terkait cara penanganan hipertensi Dosen bertindak sebagai pemateri, dan mahasiswa bertindak sebagai pendamping (peserta adalah lansia). Ceramah dilakukan selama kurang lebih 15 menit.

2.2.3. Tanya Jawab

Dilakukan setelah ceramah, dengan tujuan untuk mengevaluasi berapa banyak materi (yang disampaikan) diterima oleh peserta.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Peningkatan pengetahuan peserta setelah penyuluhan “Pengobatan Darah Tinggi” sesuai dengan temuan penelitian yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan terbukti efektif meningkatkan pengetahuan terkait hipertensi. Salah satu studi pre-experimental menunjukkan bahwa setelah intervensi edukasi, terjadi peningkatan proporsi responden yang memiliki pengetahuan baik tentang hipertensi dari 5,6 % menjadi 28,2 %, dan pengetahuan sedang juga meningkat secara signifikan ($p < 0,05$). Hal ini menegaskan bahwa kegiatan yang dirancang secara sistematis dapat memperbaiki pemahaman masyarakat terhadap penyakit ini (Puspitadewi, 2025) (Prasetyo & Wulandari, 2020).

Keberhasilan kegiatan dilihat dari tingkat partisipasi aktif masyarakat lansia Desa Manyaran juga memperkuat bukti bahwa penyuluhan merupakan strategi promotif yang tepat (Aisyah & Putri, 2018). Edukasi yang interaktif seperti ceramah, diskusi, dan penjelasan verbal dengan media visual dapat membantu peserta memahami perilaku hidup sehat serta kepatuhan pengobatan (ramadhanti & Sulastri, 2019). Penelitian kuasi-eksperimental menunjukkan bahwa edukasi hipertensi pada lansia tidak hanya meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan tetapi juga mengurangi tekanan darah dan indeks massa tubuh ($p < 0,05$), sehingga memperlihatkan dampak positif yang lebih luas sekaligus (Kasim, 2025).

Selain itu, literatur juga menyoroti bahwa promosi kesehatan dan edukasi hipertensi berkontribusi pada perubahan perilaku seperti pengurangan konsumsi garam, peningkatan aktivitas fisik, dan pengendalian stress (WHO, 2021). Kajian literatur tentang promosi kesehatan terhadap hipertensi menyatakan bahwa penyuluhan kesehatan merupakan salah satu metode paling efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat terhadap hipertensi, terutama bila kegiatan dilakukan secara partisipatif dan konsisten (Putri & Haryanto, 2020).

Meskipun hasil penyuluhan ini menunjukkan dampak positif, pengalaman dari penelitian lebih luas mengingatkan bahwa upaya edukasi harus terus dilakukan secara berkelanjutan dan dilengkapi metode yang lebih variatif. Pendekatan edukasi kelompok dan workshop interaktif telah terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan, kepatuhan pengobatan, serta modifikasi gaya hidup dibandingkan metode ceramah saja. Oleh karena itu, rencana tindak lanjut yang mencakup perluasan lokasi, jumlah peserta, serta variasi media edukasi sangat sejalan dengan praktik terbaik dalam promosi kesehatan hipertensi.





Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan

4. SIMPULAN, SARAN, DAN REKOMENDASI

Kegiatan pengabdian masyarakat “PENYULUHAN “PENGobatan DARAH TINGGI” BAGI MASYARAKAT DESA MANYARAN” mampu memberikan manfaat bagi peserta. Kegiatan ini mampu meningkatkan pengetahuan peserta tentang cara penanganan hipertensi yang tepat. Perlu dilakukan kegiatan dengan topik yang sama dengan peserta yang lebih besar, mengingat masih banyaknya penderita hipertensi.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada IIK Bhakti Wiyata Kediri, pemerintah Desa Manyaran, Peserta penyuluhan (masyarakat Desa Manyaran), mahasiswa yang telah membantu dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Adam, M. B. (2025). *GAMBARAN TINGKAT KENYAMANAN PENDERITA HIPERTENSI DI DUSUN KEMIRI DESA KEDUNGSARI KECAMATAN TAROKAN KABUPATEN KEDIRI TAHUN 2025*. Karya Tulis Ilmiah. UN PGRI Kediri. Kediri.
- Aisyah, N., & Putri, R. (2018). Pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan hipertensi pada lansia: Studi pre-experimental. *Jurnal Kesehatan Primadona*, 5(2), 45–52. <https://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/jukep/article/view/7049>
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri. (2023). *Profil Kesehatan Kabupaten Kediri Tahun 2023*. Kediri: Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2022*. Surabaya: Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur.
- Kasim, dkk. (2025). Edukasi Kepatuhan Pengobatan, Perilaku Hidup Sehat, Dan Diet Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Ners*, 9(3), 3409-3415. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/44642/28456>

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Pedoman Teknis Penemuan dan Tatalaksana Hipertensi di Fasilitas Pelayanan Kesehatan Primer. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Penyakit Tidak Menular dan Upaya Pencegahannya. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Prasetyo, B., & Wulandari, T. (2021). Pendekatan edukasi kelompok untuk pengendalian hipertensi pada lansia di Puskesmas. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(2), 77–84. <https://ejournal.umpri.ac.id/index.php/JIK/article/view/1921>
- Puspitadewi, dkk. (2025). The Effect of Health Education on Family Knowledge in Caring for Patients with Hypertension. *Jurnal Keperawatan Priority*, 8(2), 93-101. <https://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/jukep/article/view/7049/4222>
- Putri, F., & Haryanto, A. (2020). Peran promosi kesehatan dalam perubahan perilaku hipertensi pada lansia. *Jurnal Kesehatan Terapan*, 6(3), 55–62. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/44957>
- Putri, R. A., & Widodo, A. (2016). Faktor risiko kejadian hipertensi di Kabupaten Kediri. *Indonesian Journal of Public Health*, Universitas Airlangga.
- Rahajeng, E., & Tuminah, S. (2019). Prevalensi hipertensi dan determinannya di Indonesia. *Buletin Penelitian Kesehatan*, Kementerian Kesehatan RI.
- Ramadhani, N., & Sulastri, D. (2019). Efektivitas edukasi hipertensi terhadap kepatuhan pengobatan dan tekanan darah pada lansia. *Jurnal Ners dan Kesehatan*, 7(1), 23–30. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/44642>
- Sulastri, D., & Ramadhani, N. (2020). Hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- World Health Organization. (2021). Hypertension: Key Facts. Geneva: WHO