

## Efektifitas Penyuluhan Hipertensi dalam Gerakan Kedaton Peduli Hipertensi (GALI POTENSI) di Desa Kedaton, Kabupaten Bojonegoro

<sup>1</sup>Elvia Alif Wulandari, <sup>2</sup>Muthmainnah Muthmainnah

<sup>1</sup>Bachelor Student of Public Health, Faculty of Public Health, Universitas Airlangga

<sup>2</sup>Doctoral Degree of Public Health, Faculty of Public Health, Universitas Airlangga  
email: <sup>1</sup>elvia.alif.wulandari-2020@fkm.unair.ac.id, <sup>2</sup>muthmainnah@fkm.unair.ac.id

### Abstrak

GALI POTENSI merupakan program alternatif solusi yang terpilih dari berbagai rencana program pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Desa Kedaton, Kecamatan Kapas, Kabupaten Bojonegoro. Program ini terdiri dari empat sub kegiatan, satu diantaranya merupakan penyuluhan pengendalian hipertensi. Penyuluhan hipertensi merupakan kegiatan penyampaian kepada masyarakat umum di Desa Kedaton, yang terdiri dari gambaran umum, gejala, penyebab, serta upaya pengendalian hipertensi. Pemberdayaan masyarakat ini berasal dari masalah utama yakni kurangnya pengetahuan masyarakat di Desa Kedaton tentang hipertensi. Materi yang disampaikan dalam penyuluhan dilakukan dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi dua arah dari peserta dengan narasumber. Pengukuran keberhasilan penyuluhan dilakukan dengan menggunakan *pre-test* dan *post-test* pengetahuan. Kegiatan ini diikuti oleh 28 peserta di Desa Kedaton, Kecamatan Kapas, Kabupaten Bojonegoro. Secara keseluruhan, kegiatan penyuluhan hipertensi berjalan dengan lancar walau belum mendapatkan hasil yang sempurna. Dari total 40 target peserta yang diberikan undangan, terdapat 28 peserta yang hadir, dan 22 peserta yang mengikuti kegiatan hingga acara selesai dengan mengisi *pre-test* dan *post-test*. Penyuluhan hipertensi yang dilakukan di Desa Kedaton juga dinilai efektif dalam menyampaikan informasi terkait hipertensi. Hal ini terbukti dengan adanya peningkatan rata-rata skor *post-test* yakni mencapai 12,727 dengan nilai signifikansi 0,001 ( $p < 0,05$ ). Penyuluhan pencegahan dan pengendalian hipertensi merupakan salah satu promosi kesehatan pada program GALI POTENSI yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat di Desa Kedaton, karena memiliki pengaruh positif dalam meningkatkan pengetahuan seputar hipertensi. Pengetahuan masyarakat Kedaton mengenai hipertensi harus terus diupayakan untuk mengalami peningkatan melalui penyuluhan PTM setiap 3 bulan sekali dengan *monitoring* oleh *stakeholder* kesehatan internal Desa Kedaton.

**Kata Kunci:** Penyuluhan, hipertensi, pengetahuan, pencegahan, program kesehatan

### Abstract

“GALI POTENSI” is an alternative solution program chosen from various community service program plans implemented in Kedaton Village, Kapas District, Bojonegoro Regency. This program consists of four sub-activities, one of them is counseling on hypertension control. Hypertension counseling is an outreach activity to the general public in Kedaton Village, which consists of an overview, symptoms, causes, and efforts to control hypertension. This community empowerment comes from the lack of knowledge of the people in Kedaton Village about hypertension. Counseling materials were delivered using the lecture method and two-way discussions from participants and resource persons. Measurement of the success of counseling is done by using pre-test and post-test knowledge. This activity was attended by 28 participants in Kedaton Village, Kapas District, Bojonegoro Regency. Overall, hypertension counseling activities run smoothly even though they have not yet received perfect results. Of the total 40 target participants who were invited, there were 28 participants who attended, and 22 participants

who took part in the activity until the event was over by completing the pre-test and post-test. Hypertension counseling conducted in Kedaton Village was also considered effective in conveying information related to hypertension. This is proven by an increase in the average post-test score, which reached 12.727 with a significance value of 0.001 ( $p < 0.05$ ). Counseling on prevention and control of hypertension is one of health promotions in the GALI POTENSI program, which is effective in increasing the knowledge of the community in Kedaton Village, because it has a positive influence in increasing knowledge about hypertension. The Kedaton community's knowledge about hypertension must continue to be strived for to increase through PTM counseling every 3 months with monitoring by Kedaton Village internal health stakeholders.

**Key words:** *Counseling, hypertension, knowledge, prevention, health programs*

### 1. Pendahuluan

Kesehatan merupakan kebutuhan dasar bagi manusia karena kesehatan termasuk dalam hak bagi setiap masyarakat dan hal ini juga diatur dalam undang-undang. Kesehatan juga merupakan salah satu model untuk mencapai kesejahteraan di suatu negara. Di negara berkembang seperti Indonesia, kemampuan masyarakatnya terhadap akses kesehatan belum maksimal, dan perlu adanya pemerintah dalam memenuhi kebutuhan pokok masyarakat Indonesia. Pentingnya kesehatan yang berperan sebagai hak asasi manusia juga diatur dalam pasal 25 *Universal Declaration of Human Health*. Sehat menurut WHO merupakan keadaan sehat atau sejahtera secara, fisik, mental, dan kesehatan sosial tidak hanya bebas dari penyakit. Perkembangan penyakit memiliki pertumbuhan yang hampir sama bahkan seimbang dengan tingkat pertumbuhan penduduk (Leonita and Jalinus 2018). Penyakit pada beberapa tahun belakang telah mengalami transisi dari penyakit infeksi menjadi penyakit tidak menular. Salah satunya merupakan penyakit hipertensi, atau penyakit yang sering memiliki julukan sebagai *silent killer* karena penyakit ini lebih sering timbul tanpa diikuti oleh gejala. Hipertensi berasal dari bahasa latin yakni *hiper* dan *tension*, *hiper* memiliki arti tekanan yang berlebihan dan *tension* berarti tensi. Sehingga hipertensi merupakan kondisi terjadinya peningkatan tekanan darah yang kronis dan dapat menyebabkan kematian (Ulfa Azhar 2019).

Menurut data WHO pada tahun 2015, angka hipertensi di seluruh dunia tercatat sebanyak 1,13 miliar, atau dapat diartikan 1 dari 3 orang di dunia mengalami hipertensi. Jumlah dari penyandang hipertensi mengalami peningkatan setiap tahunnya, dan diperkirakan pada tahun 2025, angka hipertensi akan menyentuh 1,5 miliar penderita, dan diperkirakan akan menelan korban jiwa sebanyak 10,44 juta setiap tahunnya akibat hipertensi dan komplikasi (Kemenkes RI 2019a). Pada survei di tahun 2017 oleh IHME atau *Institute for Health Metrics and Evaluation* menyebutkan bahwa terdapat 53,3 juta kematian di dunia diantaranya sebesar 33,1% disebabkan oleh kardiovaskuler, angka tersebut juga berkaitan dengan angka di Indonesia yang pada tahun 2016 tercatat kematiannya sebesar 1,5 juta jiwa dengan diantaranya disebabkan oleh kardiovaskuler dengan angka persentase kematian 36,9%. IHME juga menerangkan bahwa dari 1,7 juta kematian di Indonesia diantaranya disebabkan oleh faktor risiko dari hipertensi, dengan persentase angka kematian yang disebabkan oleh hipertensi sebesar 23,7% (Institute for Health Metrics and Evaluation 2018).

Menurut BPS atau Badan Pusat Statistik, diketahui angka prevalensi hipertensi di Jawa Timur terus mengalami kenaikan, pada tahun 2013 tercatat sebanyak 26,2% dan pada tahun 2018 angkanya naik menjadi 36,3%. Berdasarkan profil kesehatan Bojonegoro tahun 2021, diketahui jumlah penderita hipertensi di Kabupaten Bojonegoro sebanyak 15.919 orang. Dengan prevalensi hipertensi di Indonesia secara menyeluruh diketahui sebesar 34,1% dan diderita oleh penduduk dengan usia 18 tahun (Kemenkes RI 2019b). Usia tersebut termasuk dalam usia produktif sesuai yang sudah ditetapkan oleh BPS yakni usia produktif meliputi usia 15 tahun

atau lebih (Anwar, 2018). Risiko hipertensi juga meningkat dengan bertambahnya usia, pada perempuan hipertensi memiliki risiko lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki, risiko ini juga terpengaruh oleh manajemen stress yang dipengaruhi oleh jenis kelamin (Setiawan 2018). Berdasarkan kelompok umur, kelompok yang memiliki resiko terkena hipertensi merupakan usia lansia, dan sebanyak 55,2% hipertensi menyerang umur 55 sampai dengan umur 64, dan 63% menyerang usia 65-74 tahun (R Nur Abdurakhman et al. 2022). Faktor penyebab hipertensi pada lansia yang penyebabnya cenderung tidak dapat dikendalikan antara lain merupakan jenis kelamin, ras, dan untuk faktor hipertensi lansia yang dapat dikendalikan antara lain meliputi obesitas, kurang olahraga, minum kopi, merokok, kadar kalium rendah, sensitivitas natrium, stress, pekerjaan, alkohol, pola makan dan juga pendidikan (Erna Rahmawati 2019).

Sedangkan untuk hipertensi pada usia muda atau produktif sangat dipengaruhi oleh riwayat keluarga, hal ini dipengaruhi oleh faktor genetik dan pola asuh seperti pola makan. Selain dipengaruhi oleh riwayat keluarga, hipertensi juga dipengaruhi oleh gaya hidup seperti faktor kualitas tidur yang kurang (Shaumi and Achmad 2019). Solusi yang dapat dilakukan untuk menekan atau menurunkan kejadian hipertensi yakni dengan melakukan gaya hidup sehat, serta dengan melakukan pendidikan kesehatan kepada masyarakat umum. Penekanan angka hipertensi dapat tercapai apabila pengetahuan masyarakat mengenai perawatan dan pencegahan hipertensi cukup baik. Perkembangan teknologi informasi harusnya bisa menjadi sumber informasi atau pengetahuan yang paling mudah dijangkau oleh masyarakat dari berbagai latar belakang di Indonesia. Namun faktanya kecepatan dalam mengakses informasi, khususnya informasi kesehatan tidak seiring dengan kredibilitas informasi tersebut, sehingga menyebabkan keresahan di masyarakat (Fitriarti 2019). Kementerian kesehatan saat ini sedang mengupayakan meningkatkan promosi kesehatan, promosi kesehatan tersebut dilakukan melalui komunikasi, informasi, serta edukasi (Aan Nuraeni, 2017). Salah satu media promosi kesehatan antara lain merupakan penyuluhan, penyuluhan merupakan sebuah kegiatan pendidikan kesehatan yang bertujuan untuk menyampaikan pesan, juga keyakinan sehingga sasaran dari penyuluhan tidak hanya tahu atau mengerti dan tahu, melainkan mau dan mampu melakukan anjuran kesehatan yang telah disampaikan (Athiyya et al. 2021). Penyuluhan kesehatan juga merupakan penambahan pengetahuan serta kemampuan melalui teknik praktik atau instruksi dengan tujuan untuk mempengaruhi serta mengubah perilaku manusia secara individu maupun kelompok (Simamora and Saragih, 2019).

Desa Kedaton merupakan salah satu desa yang letaknya berada di Kecamatan Kapas, Kabupaten Bojonegoro, Jawa Timur. Secara administratif Desa Kedaton hanya memiliki satu dusun yakni Dusun Kedaton dengan jumlah RT sebanyak 18 RT dan 2 RW. Penduduk Desa Kedaton memiliki jumlah sebanyak 2942 jiwa, yang terdiri dari penduduk laki-laki sebanyak 1481 jiwa, dan penduduk perempuan dengan jumlah 1461 jiwa. Dengan populasi usia dewasa paling tinggi yaitu sebesar 60% dari total penduduk. Berdasarkan data yang tertera pada website kedaton-bjn.desa.id masyarakat Desa Kedaton mayoritas memiliki status belum atau tidak bekerja yaitu sebanyak 52,07% atau sebesar 1.532 jiwa, wirausaha sebanyak 657 atau 22,33%, petani atau buruh atau nelayan sebesar 15,47% atau 455 dan sisanya merupakan pegawai swasta, TNI atau POLRI atau ASN dan tenaga kesehatan. Hal tersebut berdampak pada tingkat perekonomian yang masih tergolong menengah kebawah. Data penyakit tidak menular Puskesmas Kapas, Kabupaten Bojonegoro pada periode 2017 sampai 2020 diperoleh hasil bahwa penyakit hipertensi masih menjadi salah satu penyakit tidak menular yang memiliki prevalensi tinggi di Puskesmas Kapas, apabila dibandingkan dengan penyakit diabetes melitus. Meskipun prevalensi penyakit hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kapas pada tahun 2020 menurun dibandingkan tahun sebelumnya, namun nyatanya angka tersebut masih tergolong sangat tinggi, yaitu sebesar 4.097 kasus. Masyarakat Desa Kedaton juga belum rutin melakukan kunjungan ke Posyandu Lansia, lebih dari 50% kasus hipertensi tercatat dari total kunjungan posyandu lansia

setiap bulan dengan kelompok yang rentan mengalami permasalahan hipertensi di Desa Kedaton merupakan kelompok usia lansia (>56 tahun). Tingkat pendidikan penduduk Desa Kedaton didominasi oleh kategori tamat SD dengan persentase 29,3%, disusul oleh kategori tidak atau belum sekolah yaitu dengan persentase 23,96%, tamat SMA sebanyak 19,23%, tamat SMP sebesar 17,59%, belum tamat SD 5,34%, dan yang paling kecil merupakan perguruan tinggi hanya sebesar 4,56%. Dari data tersebut hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat pendidikan di desa Kedaton merupakan kategori rendah.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Filius Candra pada tahun 2019 diperoleh hasil bahwa terdapat adanya hubungan yang signifikan antara pendidikan dengan tingkat pengetahuan responden, hal tersebut juga sesuai dengan pendapat Notoatmodjo. Menurut Notoatmodjo informasi menjadi faktor eksternal untuk mendapatkan pengetahuan, dan pengetahuan dari individu sangat menjadi pengaruh pada perilaku sehat setiap hari (Filius Chandra, Dini Junita, and Tina Yuli Fatmawati 2019). Hubungan antara pendidikan dan pengetahuan kesehatan membuat pengetahuan kesehatan harus disampaikan dengan merata agar masyarakat dengan pendidikan rendah tetap mendapat pengetahuan kesehatan yang layak. Salah satu cara untuk memberikan pengetahuan kesehatan atau informasi kesehatan dengan melakukan penyuluhan. Pada penelitian melalui penyuluhan yang dilakukan oleh Jeini Ester Nelwan pada tahun 2019 yang bertujuan untuk memberikan informasi terkait hipertensi di Kota Manado, memperoleh hasil penelitian bahwa promosi kesehatan melalui penyuluhan memiliki pengaruh dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat Manado, dengan analisis hasil uji t diperoleh nilai p sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) (Nelwan 2019).

Pemberdayaan masyarakat yang dilaksanakan di Desa Kedaton dengan program GALI POTENSI atau Gerakan Kedaton Peduli Hipertensi memiliki beberapa sub kegiatan, kegiatan tersebut antara lain merupakan penyuluhan mengenai pengendalian hipertensi, pembentukan media promosi kesehatan, pelatihan dan pembekalan kader PTM terhadap permasalahan hipertensi, dan pengenalan TOGA sebagai upaya pencegahan hipertensi. Pada artikel ini akan membahas salah satu kegiatan program GALI POTENSI yakni penyuluhan hipertensi yang memiliki tujuan untuk memberikan tambahan wawasan dan pengetahuan kepada peserta penyuluhan tentang pentingnya pencegahan dan pengendalian hipertensi, memberikan pemahaman kepada masyarakat terkait urgensi pencegahan dan pengendalian hipertensi, dan memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada peserta penyuluhan terhadap jenis dan cara pengolahan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai salah satu upaya pengendalian hipertensi.

## 2. Metode

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan persiapan FGD bersama bidan desa dan kader PTM Desa Kedaton yang bertempat di Balai Desa Kedaton dengan penentuan prioritas masalah menggunakan metode USG (Urgency, Seriousness, Growth). Penentuan alternatif solusi dilakukan dengan metode MEER bersama dengan perangkat desa, bidan desa, dan kader PTM Desa Kedaton, didapatkan alternatif solusi dengan rating tertinggi adalah pengadaan program GALI POTENSI (Gerakan Kedaton Peduli Hipertensi) yang memiliki salah satu sub kegiatan yakni penyuluhan hipertensi. Implementasi penyuluhan hipertensi dilaksanakan pada hari Kamis, 19 Januari 2023 bertempat di Balai desa Kedaton dengan sasaran masyarakat umum di Desa Kedaton dengan rentang usia produktif hingga lansia berjumlah 31 peserta. Penyuluhan ini dilakukan dengan menyiapkan materi gambaran umum, gejala, penyebab, faktor risiko, upaya hipertensi, materi keterkaitan kesehatan mental dengan hipertensi, dan materi tentang pengenalan jenis-jenis tanaman obat keluarga atau TOGA, serta materi tentang cara pengelolaan tanaman obat keluarga atau TOGA. Materi disampaikan dengan menggunakan metode ceramah dan juga diskusi dua arah dari peserta dengan narasumber. Narasumber berasal dari mahasiswa Kelompok 1 PKL Desa Kedaton, Kepala Puskesmas Kapas,

dan penanggung jawab penyehatan tradisional Puskesmas Kapas. Pada kegiatan penyuluhan hipertensi, peserta diberi kuesioner pengetahuan *pre-test* dan *post-test*. Pada *pre-test* dan *post-test* jumlah masing masing *test* terdiri dari 5 soal yang merupakan bagian dari materi yang disampaikan pada penyuluhan. Dari hasil *pre-test* dan *post-test* dilakukan analisis menggunakan *paired t-test* yang bertujuan untuk mengetahui keberhasilan penyuluhan hipertensi yang dilakukan di desa kedaton.

### 3. Hasil dan Pembahasan

Program GALI POTENSI atau Gerakan Kedaton Peduli Hipertensi merupakan sebuah program yang dirancang pada kegiatan PKL atau Praktek Kerja Lapangan Fakultas Kesehatan Masyarakat UNAIR tahun 2023. Kegiatan ini memiliki tujuan untuk memberikan pengetahuan dan edukasi serta meningkatkan kemampuan dan potensi masyarakat dalam pengendalian hipertensi di Desa Kedaton. Desa Kedaton merupakan salah satu desa di Kabupaten Bojonegoro, tepatnya di Kecamatan Kapas dengan jumlah penduduk di Desa Kedaton sejumlah 546 jiwa dan terdiri dari 940 kepala keluarga. Program ini dibuat berdasarkan pendekatan *precede proceed* yang pada tahap *precede* dilakukan diagnosa sosial, diagnosis epidemiologi, serta diagnosis perilaku dan lingkungan masyarakat di Desa Kedaton, sedangkan pada pendekatan *proceed* dilakukan rencana usulan kegiatan serta monitoring evaluasi *proses, impact* dan *outcome*.

Pada rencana usulan kegiatan dijadikan tabel dengan pembagian kegiatan, deskripsi, indikator keberhasilan, target juga penanggung jawab. Kemudian dilakukan penentuan masalah di mana penyusunan prioritas masalah ini dilakukan bersama dengan bidan desa, kader PTM Desa Kedaton dengan dilakukannya FGD berdasarkan metode USG (*Urgency, Seriousness, Growth*). Sehingga memperoleh hasil bahwa permasalahan yang ditemukan di Desa Kedaton antara lain merupakan kurangnya pengetahuan masyarakat tentang hipertensi yang menduduki peringkat pertama, kurangnya kesadaran masyarakat untuk memeriksakan diri ke fasyankes secara rutin menduduki peringkat ke dua, kurangnya dukungan pemeriksaan kesehatan dari puskesmas atau dinas terkait menduduki peringkat ke tiga, kurangnya jumlah kader PTM di setiap RT di peringkat ke empat, serta ketidaksesuaian jumlah buku kontrol lansia dengan sasaran yang ada menduduki peringkat terakhir.

Dari permasalahan yang ditemukan di desa kedaton, permasalahan teratas yang terjadi di Desa Kedaton merupakan kurangnya pengetahuan masyarakat terhadap hipertensi. Akar penyebab masalah dari permasalahan ini ditentukan melalui aspek 4M dan 1I yang terdiri dari *Market, Method, Money, Man, dan Information*. Akar penyebab masalah utama dari permasalahan tersebut yakni, kurangnya akses dan kurangnya media informasi, keterbatasan waktu dan keterbatasan kader kesehatan, kurangnya alokasi dana untuk hipertensi, kurangnya advokasi dan perencanaan yang terstruktur, serta belum tersalurnya alokasi dana desa.

Penentuan alternatif solusi dilakukan dengan FGD di Balai Desa Kedaton menggunakan metode MEER bersama dengan perangkat desa, bidan desa, dan kader PTM Desa Kedaton. Terdapat empat alternatif solusi yang ditawarkan, antara lain adalah sebagai berikut; pengadaan program GALI POTENSI (Gerakan Kedaton Peduli Hipertensi) yang memiliki beberapa sub kegiatan antara lain adalah penyuluhan mengenai pengendalian hipertensi, pembentukan media promosi kesehatan, pelatihan dan pembekalan kader PTM terhadap permasalahan hipertensi, dan pengenalan TOGA sebagai upaya pencegahan hipertensi, penyebaran leaflet tentang hipertensi yang merupakan kegiatan pendistribusian lembaran leaflet yang berisikan informasi tentang hipertensi yang mencakup pencegahan dan pengendalian hipertensi, pembuatan forum online kelompok beresiko hipertensi melalui media sosial Whatsapp Group sebagai wadah pemberian informasi dan pemantauan terhadap kelompok beresiko hipertensi dengan beranggotakan kelompok resiko tiap RT, para kader PTM, dan bidan desa, dan pengadaan Komunikasi,

Informasi, & Edukasi (KIE) sebelum pelaksanaan screening PTM & Posyandu Lansia yang bertujuan untuk memberikan informasi dan tambahan pengetahuan kepada sasaran. Alternatif solusi yang terpilih dari permasalahan kurangnya pengetahuan masyarakat terhadap hipertensi merupakan pengadaan program GALI POTENSI (Gerakan Kedaton Peduli Hipertensi) dengan jumlah nilai mencapai 96.

Salah satu kegiatan dari program GALI POTENSI merupakan penyuluhan mengenai pengendalian hipertensi, kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada hari Kamis, 19 Januari 2023 dan bertempat di balai desa Kedaton. Penyuluhan ini mengundang 40 peserta dari seluruh RT yang ada di Desa Kedaton, namun peserta yang datang berjumlah 28 peserta. Penyuluhan hipertensi merupakan sebuah kegiatan penyampaian edukasi kepada masyarakat umum di Desa Kedaton yang di dalamnya terdapat gambaran umum, gejala, penyebab, serta upaya pengendalian hipertensi. Indikator keberhasilan dari kegiatan ini merupakan durasi kegiatan sesuai dengan jadwal yang sudah dirancang, terdapat peserta yang mengajukan pertanyaan, kesesuaian adanya anggaran dengan realisasi kegiatan, terdapat peningkatan pengetahuan. Pada kegiatan penyuluhan ini juga dilakukan kerjasama dengan pihak terkait seperti Kepala Puskesmas Kapas, Bidan Desa Kedaton, dan Perangkat Desa Kedaton, penanggung jawab BATRA atau Pengobatan Tradisional. Hal ini dikarenakan dalam penyuluhan pengendalian hipertensi yang diberikan untuk masyarakat di Desa Kedaton diharapkan dapat memberikan pengetahuan dari bidang ahli sehingga informasi yang disampaikan dapat ditangkap secara jelas. Kegiatan penyuluhan pengendalian hipertensi ini memiliki sasaran masyarakat umum Desa Kedaton khususnya rentang usia produktif hingga lansia sehingga penyesuaian materi untuk golongan usia produktif dan lansia harus diperhatikan, hal ini karena banyak lansia di Desa Kedaton hanya mengenyam pendidikan rendah bahkan tidak sekolah. Pembangunan *mood* peserta dan penyelipan *jokes* dalam materi hipertensi juga menjadi penting untuk menjaga fokus sasaran yang datang.



Gambar 1. Pelaksanaan penyuluhan pengendalian hipertensi di desa kedaton

Adapun isi dari materi penyuluhan pengendalian hipertensi yang pertama yakni, materi edukasi hipertensi dan kesehatan mental. Pada sesi ini, materi yang disampaikan dengan mencakup pengertian dan gejala hipertensi, penyebab hipertensi berdasarkan umur; gender; gaya hidup tidak sehat; serta stress dan kondisi mental kurang sehat, hubungan hipertensi dengan kondisi mental, pengertian gangguan psikologis, macam-macam gangguan psikologis, gejala hipertensi, bahaya hipertensi, pengendalian hipertensi sesuai arahan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia yakni melalui gerakan “CERDIK.” Gerakan ini terdiri dari cek kesehatan secara rutin, enyahkan atau menghilangkan asap rokok, rajin melakukan aktivitas fisik, diet yang baik dan seimbang, istirahat yang cukup, serta mampu mengelola stress.



Gambar 2. Pemberian materi edukasi hipertensi dan kesehatan mental

Setelah sasaran diberikan materi terkait hipertensi, selanjutnya dibuka sesi tanya jawab oleh Kepala Puskesmas Kapas dengan beberapa sasaran penyuluhan yang aktif memberikan pertanyaan, sehingga diskusi terbuka mengenai hipertensi dapat berjalan dengan baik karena banyak peserta lain yang aktif menimpali jawaban maupun pertanyaan.



Gambar 3. Tanya jawab hipertensi oleh kepala Puskesmas Kapas



Gambar 4. Peserta penyuluhan Desa Kedaton sedang bertanya ketika sesi tanya jawab

Materi yang kedua yang disampaikan merupakan materi TOGA atau tanaman obat keluarga yang bermanfaat untuk mencegah atau menekan hipertensi, serta penjelasan jenis-jenis tanaman toga yang akan ditanam di Desa Kedaton sebagai pelaksanaan salah satu kegiatan dalam program GALI POTENSI. Kegiatan selanjutnya pada penyuluhan pengendalian hipertensi merupakan pemberian materi dari penanggung jawab BATRA Puskesmas Kapas, isi dari materi ini yakni tata cara pengolahan tanaman TOGA agar dapat dikonsumsi dan berkhasiat bagi tubuh, selain itu juga pemberian materi teknik akupresur mandiri yang bisa dilakukan di rumah. Setelah acara penyuluhan selesai, sebagai bentuk promosi dari kegiatan penanaman TOGA, sasaran diberikan oleh-oleh berupa minuman olahan TOGA.



Gambar 5. Registrasi dan pembagian lembar *pre-test*

Setelah penyuluhan dan sesi tanya jawab berakhir, petugas memberikan lembar *post-test*, hal ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah materi terkait hipertensi yang diberikan pada peserta penyuluhan hipertensi di Desa Kedaton dapat diterima dengan baik atau tidak. Selain itu fungsi dari diadakannya *pre-test* dan *post-test* juga sebagai salah satu komponen pengukuran dalam evaluasi yang akan dilakukan selanjutnya.

#### A. Karakteristik Responden

Jumlah peserta yang hadir dalam penyuluhan hipertensi terdapat sebanyak 28 peserta, namun responden *pre-test* dan *post-test* penyuluhan pengendalian hipertensi berjumlah 22 orang dengan jumlah persentase responden perempuan sebesar 36,36% atau sejumlah 8 orang, dan jumlah responden laki-laki sebesar 63,64% atau sebesar 14 orang.



Tabel 1. Karakteristik Responden

| Karakteristik        | n  | %      |
|----------------------|----|--------|
| <b>Jenis Kelamin</b> |    |        |
| Laki-laki            | 14 | 63,64% |
| Perempuan            | 8  | 36,36% |
| Total                | 22 | 100%   |

### B. Indikator pertanyaan *Pre-test* dan *Post-test*

*Pre-test* dan *post-test* dilaksanakan sebelum dan sesudah diberikan materi penyuluhan. Pengisian lembar *pre-test* dan *post-test* dilakukan secara offline atau lewat kertas hal ini menyesuaikan dari sasaran kami yakni usia produktif hingga lansia. Namun untuk *pre-test* dan *post-test* untuk sasaran lansia pengisiannya dibantu petugas dikarenakan banyak lansia yang hadir sebagai peserta penyuluhan sudah mengalami penurunan penglihatan, beberapa diantaranya juga perlu penjelasan tambahan untuk instruksi tata cara mengerjakan *pre-test* dan *post-test*, serta yang lain mengalami kesulitan dalam menulis jawaban, sehingga untuk lebih memudahkan sasaran membaca dan menulis *pre-test* dan *post-test* lansia perlu dibantu dalam pengisiannya. Namun meski demikian, pengisian *pre-test* maupun *post-test* yang diberikan pada lansia tetap tanpa memberikan bantuan jawaban dalam bentuk apapun, sehingga jawaban murni berasal dari sasaran.

| LEMBAR PRE-TEST  |  |
|--|--|
| Nama :   | Usia :   |
| 1. Sakit kepala, jantung berdebar-debar, serta gelisah merupakan beberapa gejala tekanan darah tinggi<br><input type="checkbox"/> Benar <input type="checkbox"/> Salah | 4. CERDIK merupakan salah satu anjuran untuk mengendalikan tekanan darah tinggi<br><input type="checkbox"/> Benar <input type="checkbox"/> Salah |
| 2. Tekanan darah tinggi dapat disembuhkan oleh umur  | 5. Belimbing wuluh merupakan salah satu tanaman obat keluarga  |
| LEMBAR POST-TEST   |  |
| Nama :   | Usia :   |
| 1. Sakit kepala, jantung berdebar-debar, serta gelisah merupakan beberapa gejala tekanan darah tinggi<br><input type="checkbox"/> Benar <input type="checkbox"/> Salah | 4. CERDIK merupakan salah satu anjuran untuk mengendalikan tekanan darah tinggi<br><input type="checkbox"/> Benar <input type="checkbox"/> Salah |
| 2. Tekanan darah tinggi dapat disembuhkan oleh umur<br><input type="checkbox"/> Benar <input type="checkbox"/> Salah   | 5. Belimbing wuluh merupakan salah satu tanaman obat keluarga<br><input type="checkbox"/> Benar <input type="checkbox"/> Salah                   |
| 3. Stres yang berlebihan dapat mempengaruhi darah tinggi<br><input type="checkbox"/> Benar <input type="checkbox"/> Salah  |  |

Gambar 7. Lembar *Post-Test* Kegiatan Penyuluhan Pengendalian Hipertensi

### C. Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Semua peserta penyuluhan terlibat aktif dalam setiap aktivitas penyuluhan pengendalian hipertensi. Hal ini dibuktikan dari adanya diskusi dua arah khususnya sewaktu sesi tanya jawab oleh kepala Puskesmas Kapas, pada sesi tanya jawab peserta antusias menanyakan pencegahan hipertensi, tanda-tanda atau gejala, serta faktor risiko yang dijelaskan dengan menggunakan bahasa Indonesia dan bahasa Jawa untuk menyesuaikan pemahaman peserta penyuluhan yang sebagian besar berusia produktif sampai lansia. Penyelipan bahasa Jawa dalam pemberian materi dan sesi tanya jawab ini dinilai penting karena pada kegiatan survey penentuan masalah di Desa Kedaton kebanyakan warga pra lansia hingga lansia mengalami kesulitan pemahaman beberapa kata dalam bahasa Indonesia. Hasil dari penyuluhan ini menunjukkan adanya perbedaan antara nilai *pre-test* dan *post-test*, nilai mean atau rata-rata *pre-test* sebesar 80, dan nilai *post-test* sebesar 92,73, sehingga diperoleh selisih perbedaan nilai dari kedua *test* tersebut sebesar 12,727.

Tabel 2. Rata-rata nilai *pre-test* dan *post-test*

|                  | mean  |
|------------------|-------|
| <i>Pre-test</i>  | 80,00 |
| <i>Post-test</i> | 92,73 |

### D. Efektivitas penyuluhan pengendalian hipertensi

Penyuluhan dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan peserta penyuluhan, serta memberikan tambahan wawasan dan pengetahuan kepada peserta penyuluhan tentang pentingnya pencegahan dan pengendalian hipertensi, sehingga efektivitas penyuluhan diukur melalui *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan sebelum dan sesudah penyuluhan untuk mengetahui apakah pengetahuan peserta mengalami kenaikan atau tidak. Untuk mengetahui signifikansi kenaikan skor pengetahuan peserta penyuluhan hipertensi, dilakukan uji *paired t-test*.

Tabel 3. Uji *Paired T-test*

|                             | mean    | t      | df | Sig.(2-tailed) |
|-----------------------------|---------|--------|----|----------------|
| <i>Pre-test – Post-test</i> | -12,727 | -3,780 | 21 | 0,001          |

Pada tabel tersebut nilai signifikansinya yakni 0,001 ( $p < 0,05$ ), maka terdapat adanya perbedaan yang signifikan antara *pre-test* dengan *post-test* yang dilakukan sebelum dan sesudah dilaksanakannya penyuluhan kepada sasaran. Hal ini dapat diartikan bahwa pelaksanaan penyuluhan pengendalian hipertensi memiliki pengaruh yang positif dalam meningkatkan pengetahuan seputar hipertensi, terbukti adanya nilai mean atau rata-rata skor *pre-test* yang naik sebesar 12,727. Permasalahan rendahnya pendidikan pada masyarakat di Desa Kedaton yang mengakibatkan pengetahuan terhadap kesehatan rendah dapat diatasi dengan adanya promosi kesehatan. Promosi kesehatan yang dilakukan memiliki tujuan untuk menyamaratakan pengetahuan kesehatan agar masyarakat yang tidak memiliki pendidikan juga dapat mendapatkan hak yang sama dalam perolehan informasi kesehatan. Hal ini sejalan dengan sebelumnya yakni penyuluhan mampu membuat 60% lansia di Posyandu Kurnia Abadi mampu memahami materi yang disampaikan (Ayu, Saputri, and Sari 2018).

Dari berbagai rangkaian kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan di Balai Desa Kedaton, secara keseluruhan kegiatan berjalan dengan lancar, namun kegiatan yang direncanakan dimulai pada pukul 09.20 WIB dan berakhir pada pukul 11.05 WIB, pada praktiknya dimulai dan berakhir lebih lambat dibandingkan dengan rencana kegiatan awal. Antusiasme peserta dalam menyimak materi penyuluhan dinilai baik, hal ini terlihat dari beberapa peserta yang mengajukan pertanyaan dan berdiskusi dengan narasumber pada sesi tanya jawab. Pemahaman materi oleh peserta penyuluhan juga bisa dilihat dari hasil *pre-test* dan *post-test* yang cenderung naik dengan nilai mean atau rata-rata skor *pre-test* yang naik sebesar 12,727.

#### 4. Simpulan

Penyuluhan pengendalian hipertensi dapat dijadikan salah satu solusi pemberian informasi kesehatan terutama pada golongan dengan tingkat pendidikan rendah. Kegiatan penyuluhan hipertensi yang merupakan bagian dari program GALI POTENSI secara keseluruhan berjalan dengan lancar walau belum mendapatkan hasil yang sempurna. Dari total 40 target peserta yang diberikan undangan, terdapat 28 peserta yang hadir, dan 22 peserta yang mengikuti kegiatan hingga acara selesai dengan mengisi *pre-test* dan *post-test*. Kegiatan penyuluhan juga berjalan dengan cukup meriah dimana beberapa peserta mengajukan berbagai pertanyaan dan berdiskusi dengan narasumber pada sesi tanya jawab. Penyuluhan hipertensi yang dilakukan di Desa Kedaton juga dinilai efektif dalam menyampaikan informasi terkait hipertensi. Hal ini terbukti dengan adanya peningkatan rata-rata skor *post-test* yakni mencapai 12,727 dengan nilai signifikansi 0,001 ( $p < 0,05$ ). Kendala dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yakni adanya latar belakang pendidikan dan pekerjaan yang berbeda sehingga narasumber harus menggunakan bahasa daerah yang sederhana dalam menjelaskan materi, forum juga dinilai terlalu besar untuk peserta lansia karena kurang bisa menangkap pemateri tanpa adanya diskusi dua arah secara langsung, sehingga solusi yang bisa ditawarkan untuk pengabdian masyarakat terkait penyuluhan hipertensi selanjutnya dengan sasaran usia lansia bisa melakukan diskusi dengan kelompok kecil. Selain itu penggunaan bahasa daerah dan penjelasan sederhana juga bisa membantu peserta dengan latar belakang berbeda bisa tetap menangkap materi penyuluhan dengan baik. Pengetahuan masyarakat Kedaton mengenai hipertensi harus terus diupayakan untuk mengalami peningkatan dengan penyuluhan PTM setiap 3 bulan sekali serta *monitoring* oleh *stakeholder* kesehatan internal Desa Kedaton. Kegiatan penyuluhan bisa dilakukan bersamaan dengan kegiatan lain seperti posyandu lansia yang saat ini sedang berfokus pada masalah hipertensi.

#### 5. Persantunan

Ucapan terima kasih dan apresiasi sebesar-besarnya diberikan kepada seluruh anggota PKL kelompok 1 “*Kedaton peeps*” yang senantiasa kompak dalam menjalankan berbagai program dari analisis, perancangan, hingga pelaksanaan program GALI POTENSI. Apresiasi sebesar-besarnya diberikan kepada seluruh masyarakat Desa Kedaton, khususnya masyarakat RT 4 dan seluruh pengurus desa yang menerima dengan tangan terbuka anggota PKL kelompok 1 serta senantiasa membantu jalannya kegiatan PKL dengan lancar selama satu bulan penuh.

#### 6. Referensi

- Aan Nuraeni, Ristina Mirwanti dan Anastasia Anna. 2017. “Upaya Pencegahan dan Perawatan Hipertensi di Rumah Melalui Media Pembelajaran Bagi Masyarakat di Kabupaten Pangandaran.” *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 1(3).
- Anwar, Khairil. 2018. Pengaruh Jumlah Penduduk Usia Produktif, Kemiskinan Dan Inflasi Terhadap Pertumbuhan Ekonomi Di Kabupaten Bireuen. Vol. 01.

- Athiyya, Noor, Lisa Fitriani. 2021. "Penyuluhan Hipertensi Melalui Whatsapp Group Sebagai Upaya Pengendalian Hipertensi." Vol. 4.
- Ayu, Gusti, Rai Saputri, and Amelia Intan Sari. 2018. *Penyuluhan Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Kurnia Abadi I Pekon Wonodadi Wilayah Kerja Puskesmas Gadingrejo Pringsewu*. Vol. 1.
- Erna Rahmawati, Asriya Naro Rimasari, Elvira R. M. Monita. 2019. "Penyuluhan Hipertensi, Pengecekan Tekanan Darah, Kadar Gula Dalam Darah, Kolesterol Serta Asam Urat." *Journal of Community Engagement and Employment* 1(2).
- Filius Chandra, Dini Junita, and Tina Yuli Fatmawati. 2019. "Tingkat Pendidikan Dan Pengetahuan Ibu Hamil Dengan Status Anemia." *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia* 9(4).
- Fitriarti, Etik Anjar. 2019. *Urgensi literasi digital dalam menangkal hoax kesehatan di era digital*. Vol. 4.
- Institute For Health Metrics And Evaluation. 2018. *Findings from the Global Burden of Disease Study 2017*. Seattle: WA: IHME.
- Kemkes RI. 2019a. "Hari Hipertensi Dunia 2019 : 'Know Your Number, Kendalikan Tekanan Darahmu Dengan CERDIK.'" <https://P2ptm.Kemkes.Go.Id/Tag/Hari-Hipertensi-Dunia-2019-Know-Your-Number-Kendalikan-Tekanan-Darahmu-Dengan-Cerdik> 1-1.
- Kemkes RI. 2019b. "Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat." Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Leonita, Emy, and Nizwardi Jalinus. 2018. "Peran Media Sosial Dalam Upaya Promosi Kesehatan: Tinjauan Literatur." *Invotek: Jurnal Inovasi Vokasional Dan Teknologi* 18(2):25-34. doi: 10.24036/invotek.v18i2.261.
- Nelwan, Jeini Ester. 2019. *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Perubahan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Di Kota Manado*. Vol. 1.
- R Nur Abdurakhman, Abas Hidayat, Didi Taswidi, and Alifa Romadoni. 2022. "Effect of Hypertension Exercise on Blood Pressure in the Elderly." *World Journal of Advanced Research and Reviews* 13(3):491-95. doi: 10.30574/wjarr.2022.13.3.0269.
- Setiawan, H. ,Suhanda, S. ,Rosliati, E. ,Firmansyah, A. , & Fitriani, A. 2018. "Promosi Kesehatan Pencegahan Hipertensi Sejak Dini." *Abdimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 1(2).
- Shaumi, Nur Rahmah Fadilah, and Engkus Kusdinar Achmad. 2019. "Kajian Literatur: Faktor Risiko Hipertensi Pada Remaja Di Indonesia." *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan* 29(2):115-22. doi: 10.22435/mpk.v29i2.1106.
- Simamora, Roymond Hamonangan, and Ellyanor Saragih. 2019. "Penyuluhan Kesehatan Terhadap Masyarakat: Perawatan Penderita Asam Urat Dengan Media Audiovisual." *JPPM (Jurnal Pendidikan Dan Pemberdayaan Masyarakat)* 6(1):24-31. doi: 10.21831/jppm.v6i1.20719.
- Ulfa Azhar, Maria, Universitas Islam Negeri Aluddin Makassar, and Korespondensi Penulis. 2019. "The Indonesian Journal of Health Promotion Open Access Terapi Non Farmakologi Dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review Non Pharmacological Therapy in Blood Pressure Control in Hypertensive Patients: Systematic Review." *MPPKI* 2(3). doi: 10.31934/mppki.v2i3.