

Edukasi Hipertensi dan Pemeriksaan Tekanan Darah pada Kelompok Masyarakat Dewasa RT 04/RW 02 Kelurahan Surgi Mufti

Hypertension Education and Blood Pressure Screenings for Adults in RT 04/RW 02, Surgi Mufti Neighborhood

Hiryadi¹, Riska Adelia^{2*}, Gina Yustia Putri³, Anjelly Nabella⁴, Elsi Astuti⁵, Ernawati⁶, Gatot Mahendra Pratama⁷

¹⁻⁷ Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin Indonesia, Jl. S. Parman Kompleks RS Islam, Ps. Lama, Kec. Banjarmasin Tengah, Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan 70114

✉: riskaadelia1909@gmail.com

📞: 10.54004/injimas.v2i2.350

Article history:

Received: 30 Jun 2025

Revised: 3 Agt 2026

Accepted: 16 Agt 2026

Published: 29 Sep 2026

Kata Kunci:

edukasi, hipertensi, tekanan darah, masyarakat dewasa

Keywords:

education, hypertension, blood pressure, adult society

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan global terus meningkat setiap tahunnya, yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah secara persisten di atas nilai normal, yaitu $\geq 140/90$ mmHg. Dari hasil observasi awal yang dilakukan oleh tim pelaksana, ditemukan 8 dari 10 warga memiliki tekanan darah di atas batas normal, namun belum menyadari kondisi tersebut sebagai masalah kesehatan. Memberikan edukasi kepada warga tentang hipertensi sekaligus melakukan pemeriksaan tekanan darah pada peserta. Kegiatan ini menggunakan metode pendidikan kesehatan dengan ceramah tanya jawab, yang dilaksanakan pada Hari Sabtu, 10 Mei 2025, bertepatan dengan kegiatan rutin pengajian setempat. Peserta kegiatan berjumlah 30 orang, seluruhnya merupakan perempuan berusia di atas 40 tahun. Rangkaian kegiatan terdiri atas tiga tahapan utama, yaitu pemeriksaan tekanan darah, edukasi kesehatan, dan sesi tanya jawab. Pada kegiatan ini, sebagian besar peserta (40%) berada pada rentang usia 50-59 tahun. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebanyak 86,7% peserta memiliki tekanan darah di atas nilai normal, yang terbagi dalam kategori pre-hipertensi hingga hipertensi tahap 2. Selain itu, peserta juga memberikan respons yang positif terhadap sesi penyuluhan dan tanya jawab. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mengenai hipertensi yang dilakukan secara langsung dan berbasis komunitas, seperti pada kegiatan pengajian, efektif dalam menjangkau kelompok usia berisiko dan meningkatkan kesadaran terhadap pentingnya deteksi dini serta pencegahan hipertensi.

Abstract

Hypertension is one of the global health problems that continues to increase every year, which is characterized by a persistent increase in blood pressure above normal values, namely $\geq 140/90$ mmHg. From the results of initial observations conducted by the implementing team, it was found that 8 out of 10 residents had blood pressure above normal limits, but were not yet aware of this condition as a health problem. This activity aims to provide education to residents about hypertension while conducting blood pressure checks on participants. This activity uses a health education method with a question and answer lecture, which was held on Saturday, May 10, 2025, coinciding with the local religious study routine. The activity participants numbered 30 people, all of whom were women over 40 years old. The series of activities consisted of three main stages, namely blood pressure checks, health education, and question and answer sessions. In this activity, most participants (40%) were in the age range of 50-59 years. The results of the examination showed that as many as 86.7% of participants had blood pressure above normal values, which were divided into the categories of pre-hypertension to stage 2 hypertension. In addition, participants also gave a positive response to the counseling and question and answer sessions. This community service activity shows that health education about hypertension that is carried out directly and community-based, such as in religious study activities, is effective in reaching at-risk age groups and increasing awareness of the importance of early detection and prevention of hypertension.

Cite this as :

Hiryadi; Adelia, R; Putri, G.Y; Nabella, A*; Astuti, E; Ernawati dan Pratama G.M (2026). Edukasi Hipertensi dan Pemeriksaan Tekanan Darah pada Kelompok Masyarakat Dewasa RT 04/RW 02 Kelurahan Surgi Mufti. Jurnal Pengabdian Intan Martapura, 2(2) 28-32.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan masalah kesehatan global yang signifikan dengan prevalensi yang terus meningkat setiap tahun. Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, adalah gangguan medis kronis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah terus-menerus di atas batas normal, yaitu $\geq 140/90$ mmHg menurut standar terbaru. Karena penyakit ini sering kali tidak menunjukkan gejala pada tahap awal, banyak penderita hipertensi tidak menyadari kondisinya sampai konsekuensi besar muncul (WHO, 2023).

Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, faktor risiko kematian keempat di Indonesia adalah hipertensi, yang dapat menimbulkan konsekuensi besar bagi mereka yang mengalaminya, seperti penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, masalah kejiwaan, dan kerugian finansial. (Suantika et al., 2025). World Health Organization juga mencatat bahwa 90-95% kasus hipertensi adalah hipertensi esensial, yang sering kali tidak disadari oleh penderitanya sehingga dijuluki sebagai “*silent killer*” (Jannati et al., 2024). Edukasi tentang hipertensi telah terbukti dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat. Penelitian yang dilakukan oleh (Nurhidayat et al., 2024) di Desa Tunggunjagir menunjukkan rata-rata nilai pengetahuan masyarakat tentang

hipertensi meningkat dari 79,6 (pre-test) menjadi 86,9 (post-test) setelah dilakukan penyuluhan kesehatan. Selain itu, studi lain yang dilakukan oleh Oktaviana dan Rispawati (2023) tentang edukasi hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gangga, Lombok Utara, menggunakan desain pra-eksperimen dengan pre dan post test, menemukan rata-rata skor pengetahuan naik dari 6,12 menjadi 7,37 setelah edukasi. Uji statistik Wilcoxon menunjukkan peningkatan ini sangat signifikan (p value $< 0,05$).

Dari hasil observasi awal yang dilakukan oleh tim pelaksana pada 10 warga RT 04/RW 02 Kelurahan Surgi Mufti, ditemukan 8 dari 10 warga memiliki tekanan darah di atas batas normal, namun belum menyadari kondisi tersebut sebagai masalah kesehatan. Selain itu, terdapat salah satu warga yang merupakan penyintas stoke, dan muncul pula pertanyaan dari masyarakat mengenai penanganan stroke serta kaitannya dengan tekanan darah tinggi. Temuan tersebut memperkuat pentingnya edukasi tentang hipertensi dan risikonya terhadap komplikasi serius seperti stroke. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini diarahkan untuk memberikan edukasi mengenai hipertensi serta melakukan pemeriksaan tekanan darah sebagai upaya promotif dan preventif di tingkat masyarakat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada warga tentang hipertensi sekaligus melakukan pemeriksaan tekanan darah pada peserta.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode pendidikan kesehatan melalui ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Kegiatan dilaksanakan di salah satu rumah warga RT 04/RW 02 Kelurahan Surgi Mufti, Kecamatan Banjarmasin Tengah, pada hari Sabtu, 10 Mei 2025, bertepatan dengan kegiatan rutin pengajian masyarakat. Peserta kegiatan berjumlah 30 orang, seluruhnya merupakan perempuan berusia di atas 40 tahun (Tabel 1).

Pelaksanaan kegiatan berlangsung selama kurang lebih 120 menit dan terdiri atas tiga tahapan utama, yaitu pemeriksaan tekanan darah, edukasi kesehatan, serta sesi diskusi dan tanya jawab.

Tahap pertama adalah pemeriksaan tekanan darah yang dilaksanakan selama sekitar 30 menit sebelum kegiatan pengajian dimulai. Pemeriksaan dilakukan terhadap seluruh peserta menggunakan tensimeter digital yang telah dikalibrasi (Tabel 2). Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui kondisi tekanan darah peserta sebagai deteksi dini hipertensi sekaligus meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara berkala.

Tahap kedua berupa edukasi kesehatan yang berlangsung selama sekitar 60 menit. Edukasi disampaikan secara langsung menggunakan metode ceramah dengan bantuan media leaflet serta bahasa yang sederhana agar mudah dipahami oleh peserta. Materi yang diberikan meliputi pengertian hipertensi, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi hipertensi, serta upaya pencegahan melalui penerapan perilaku hidup sehat menggunakan metode CERDIK.

Tahap ketiga adalah diskusi dan tanya jawab yang berlangsung selama sekitar 30 menit. Pada sesi ini peserta diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan maupun berbagi pengalaman terkait hipertensi. Tim pelaksana memberikan penjelasan berdasarkan bukti ilmiah (*evidence-based practice*) sehingga peserta memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai pengendalian hipertensi. Data karakteristik peserta dan hasil pemeriksaan tekanan darah dianalisis secara deskriptif menggunakan distribusi frekuensi, persentase, serta penyajian dalam bentuk tabel. Hasil kegiatan edukasi juga dideskripsikan berdasarkan tingkat partisipasi peserta selama sesi diskusi dan tanya jawab sebagai gambaran keterlibatan peserta dalam kegiatan pengabdian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Peserta Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di salah satu pengajian yang berlokasi di RT 04/RW 02 Kelurahan Surgi Mufti Kecamatan Banjarmasin Tengah, dengan total peserta sebanyak 30 orang. Seluruh peserta merupakan perempuan berusia 40 tahun ke atas, yang tergolong dalam kelompok usia dewasa akhir dan lansia.

Tabel 1. Distribusi Usia Peserta

Rentang Usia (tahun)	Jumlah Peserta	Persentase
40-49	8	26,7%
50-59	10	33,3%
≥60	12	40%
Total	30	100%

Sebagian besar peserta (40%) berada pada rentang usia 50-59 tahun, menunjukkan bahwa kegiatan ini berhasil menjangkau kelompok usia yang memiliki risiko lebih tinggi terhadap penyakit degeneratif seperti hipertensi.

**Gambar 1.** Penyampaian Materi

2. Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah

Sebagai bagian dari kegiatan edukasi, dilakukan pemeriksaan tekanan darah untuk seluruh peserta. Hasilnya dikategorikan berdasarkan standar tekanan darah yang dikeluarkan oleh American Heart Association (Whelton et al., 2022).

Tabel 2. Kategori Tekanan Darah Peserta

Kategori Tekanan Darah	Sistolik/Diastolik (mmHg)	Jumlah Peserta	Persentase
Normal	<120 / <80	4	13,3%
Pre-hipertensi	120-139 / 80-89	5	16,7%
Hipertensi Tahap 1	140-159 / 90-99	11	36,7%
Hipertensi Tahap 2	≥160 / ≥100	10	33,3%
Total		30	100%

Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa sebanyak 86,7% peserta memiliki tekanan darah di atas nilai normal, yang terbagi dalam kategori pre-hipertensi hingga hipertensi tahap 2. Temuan ini menjadi indikasi bahwa sebagian besar peserta berisiko memiliki komplikasi terkait hipertensi apabila tidak mendapatkan edukasi dan intervensi yang tepat.

**Gambar 2.** Pengukuran Tekanan Darah

3. Pembahasan

Berdasarkan hasil kegiatan, diketahui bahwa peserta didominasi oleh kelompok usia ≥ 50 tahun, yang tergolong dalam usia dewasa akhir dan lansia. Pada kelompok usia ini, prevalensi penyakit degeneratif seperti hipertensi cenderung meningkat seiring dengan proses penuaan fisiologis yang menyebabkan perubahan struktur dan fungsi pembuluh darah (Ariyani, 2020). Hal ini menjadikan kelompok usia tersebut sebagai sasaran strategis dalam upaya pencegahan dan edukasi hipertensi.

Pemeriksaan tekanan darah yang dilakukan terhadap 30 peserta menunjukkan bahwa hanya 13,3% peserta yang memiliki tekanan darah normal. Sebanyak 86,7% sisanya tergolong dalam kategori pre-hipertensi hingga hipertensi tahap 2, dengan proporsi terbesar berada pada kategori hipertensi tahap 1 (36,7%) dan tahap 2 (33,3%). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta telah memiliki tekanan darah yang tinggi dan berpotensi mengalami komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung, atau gagal ginjal jika tidak ditangani secara tepat.

Temuan ini sejalan dengan laporan WHF (2023) yang menyebutkan bahwa hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian terbanyak secara global dan sering kali tidak terdeteksi karena bersifat asimtomatik pada tahap awal. Oleh karena itu, kegiatan edukasi seperti ini menjadi penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pemantauan tekanan darah secara rutin, pola makan sehat, pengendalian stres, dan kepatuhan terhadap terapi jika telah terdiagnosis.

Selain itu, respons positif peserta terhadap sesi penyuluhan dan tanya jawab menunjukkan bahwa pendekatan edukasi yang dilakukan secara langsung dan kontekstual, terutama dalam momen kegiatan sosial seperti pengajian, dapat meningkatkan perhatian serta keterlibatan warga dalam isu kesehatan. Kehadiran salah satu peserta yang merupakan penyintas stroke juga memperkuat urgensi penyuluhan ini, karena menunjukkan adanya dampak nyata dari hipertensi yang tidak terkontrol.

Penelitian yang dilakukan oleh (Liu, 2025) menunjukkan bahwa edukasi komunitas terbukti meningkatkan kualitas hidup dan kontrol tekanan darah, serta kepatuhan pasien lansia. Intervensi komunitas juga dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Adnan et al. (2023). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Li et al., 2024) juga menunjukkan bahwa model IoT tekanan darah mandiri jangka panjang menunjukkan penurunan signifikan tekanan darah komunitas.

Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya berfungsi sebagai sarana deteksi awal tetapi juga sebagai media promotif-preventif yang mampu memperkuat kapasitas masyarakat dalam mengenali dan mengelola risiko hipertensi secara mandiri. Meski kegiatan ini belum disertai dengan evaluasi pengetahuan secara kuantitatif (pre-post test), keberhasilan program tercermin dari tingginya partisipasi dan antusiasme peserta dalam mengikuti seluruh rangkaian kegiatan.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mengenai hipertensi yang dilakukan secara langsung dan berbasis komunitas, seperti pada kegiatan pengajian, efektif dalam menjangkau kelompok usia berisiko dan meningkatkan kesadaran terhadap pentingnya deteksi dini serta pencegahan hipertensi. Tingginya proporsi peserta dengan tekanan darah di atas normal menunjukkan perlunya edukasi berkelanjutan dan intervensi promotif-preventif berbasis masyarakat. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan dilakukan evaluasi kuantitatif melalui desain pre dan post test guna mengukur peningkatan pengetahuan secara objektif, serta mempertimbangkan intervensi jangka panjang seperti pemantauan tekanan darah mandiri atau pemberdayaan kader kesehatan lokal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pertama-tama, kami ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada pembimbing lapangan, Bapak Hiryadi Ns., M.Kep., Sp.Kom, atas arahan, bimbingan, dan dukungannya yang tak henti-hentinya selama proses pengabdian kepada masyarakat dan penulisan jurnal. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kami sampaikan kepada semua pihak yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk melaksanakan kegiatan penyuluhan

kesehatan ini, khususnya warga RT 04/RW 02, Kelurahan Surgi Mufti, Kecamatan Banjarmasin Tengah, dan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, M. L., Pramaningtyas, M. D., & Islamiana, D. (2023). The Effect of Community-Based Intervention on Controlling Blood Pressure for Hypertension Patient: A Systematic Review. In *Proceedings of the 3rd International Conference on Cardiovascular Diseases (ICCD 2021)* (pp. 196–207). Atlantis Press International BV. https://doi.org/10.2991/978-94-6463-048-0_23
- Ariyani, A. R. (2020). Kejadian Hipertensi pada Usia 45-65 Tahun. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 4(3), 506–518. <https://doi.org/10.15294/higeia.v4iSpecial%203/40392>
- Baldrige, A. S., Orji, I. A., Shedul, G. L., Iyer, G., Jamro, E. L., Ye, J., Akor, B. O., Okpetu, E., Osagie, S., Odukwe, A., Dabiri, H. O., Mobisson, L. N., Kandula, N. R., Hirschhorn, L. R., Huffman, M. D., & Ojji, D. B. (2024). Enhancing hypertension education of community health extension workers in Nigeria's federal capital territory: the impact of the extension for community healthcare outcomes model on primary care, a quasi-experimental study. *BMC Primary Care*, 25(1). <https://doi.org/10.1186/s12875-024-02579-y>
- Ernawati, Aprilia, A. D., & Rispawati, B. H. (2023). Hubungan antara Perilaku CERDIK dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kuripan. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(3), 722–733. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i3.9970>
- Jannati, N. B., Djanna, S. N., & Solikhah. (2024). Literatur Review: Promosi Kesehatan Berbasis Masyarakat Terhadap Pengendalian Hipertensi di Indonesia. *Jurnal Promotif Preventif*, 7(6), 1342–1350. <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>
- Kemendes. (2023). *Perilaku CERDIK dalam Mencegah Penyakit Tidak Menular*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/perilaku-cerdik-dalam-mencegah-penyakit-tidak-menular>
- Li, C., Fan, S., & Li, H. (2024). Study on the effectiveness of a community hypertension management model based on home smart blood pressure monitoring using IoT technology. *Frontiers in Public Health*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1428310>
- Liu, Y. (2025). The Value of Introducing Health Education Measures in Community Nursing Activities for Elderly Hypertension. *Journal of Medicine and Life Sciences*, 1(1), 7–14. <https://doi.org/10.71222/xhyf9p69>
- Mahyuv, T., Prasetyo, J., Puspitasari, Y., Amar, M., & Kristiya, D. (2023). Penyuluhan: Meningkatkan Perilaku Penanganan Hipertensi di Masyarakat. *Jurnal Abdi Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(2), 18–23. <https://doi.org/10.55018/jakk.v2i2.35>
- Nurhidayat, M. A., Mualimah, I. N., Salsabilah, A., & Suhariyati. (2024). Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Mengenai Hipertensi dengan Metode Penyuluhan Menggunakan Media Audio Visual. *PRAXIS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 119–127. <https://doi.org/10.47776/praxis.v2i3.830>
- Oktaviana, E., & Rispawati, B. H. (2023). Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan Pasien Hipertensi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(1), 263–268. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Suantika, P. I. R., Sutini, N. K., Indrayani, N. L. D., Dari, N. P. D. R. W., Megawati, P. V., ArizonaValentino, I. G. R., & Syukri, M. (2025). Peningkatan Kesehatan pada Hipertensi Berbasis Perawatan Jangka Panjang. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 8(5), 2526–2539. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i5.19518>
- Whelton, P. K., Carey, R. M., Mancía, G., Kreutz, R., Bundy, J. D., & Williams, B. (2022). Harmonization of the American College of Cardiology/American Heart Association and European Society of Cardiology/European Society of Hypertension Blood Pressure/Hypertension Guidelines: Comparisons, Reflections, and Recommendations. In *Circulation* (Vol. 146, Issue 11, pp. 868–877). Lippincott Williams and Wilkins. <https://doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.121.054602>
- WHF. (2023). *Hypertension*. World Heart Federation. <https://world-heart-federation.org/what-we-do/hypertension/>
- WHO. (2023, March 16). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>

