

# Pemeriksaan Tekanan Darah dan Edukasi kesehatan tentang Hipertensi pada Lansia di PPRSLU Budi Sejahtera Kalimantan Selatan

## *Blood Pressure Examination and Health Education about Hypertension in The Elderly at PPRSLU Budi Sejahtera, South Kalimantan*

Diana Pefbrianti<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Stikes Intan Martapura, Banjar, Indonesia

✉: [dianapefbrianti38@gmail.com](mailto:dianapefbrianti38@gmail.com)

ORCID: [10.54004/injimas.v1i2.415](https://orcid.org/10.54004/injimas.v1i2.415)

### Article history:

Received: 4 Jan 2026

Revised: 21 Jan 2026

Accepted 29 Jan 2026

Published: 12 Feb 2026

### Kata Kunci:

Hipertensi; Lansia;  
Pendidikan Kesehatan

### Keywords:

Elderly; Health Education;  
Hypertension

### Abstrak

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang sering di kenali dengan *the silent killer* karena terjadi tanpa ada keluhan atau gejala. Prevalensi hipertensi pada lansia di Indonesia sebesar 63,2% pada kelompok umur 65-74 tahun, dan untuk kelompok umur diatas 75 tahun sebesar 69,5%. Kalimantan Selatan sebesar 44,1%. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman lansia tentang hipertensi melalui pendidikan kesehatan dan didapatkan hasil tekanan darah lansia. Kegiatan dilakukan di Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Lanjut Usia (PPRSLU) Budi Sejahtera Prov. Kalimantan Selatan. dengan melibatkan 25 lansia. Pendidikan kesehatan diberikan setelah pemeriksaan tekanan darah lansia. Evaluasi dilakukan setelah selesai dilakukannya kegiatan. Mayoritas partisipan berusia 55-65 tahun (76%) dan didominasi oleh perempuan (72%). Hasil pemeriksaan Tekanan darah didapatkan hasil mayoritas lansia mengalami hipertensi Grade 1 (80%). Pemeriksaan tekanan darah dan pendidikan kesehatan tentang hipertensi penting dilakukan dalam meningkatkan pemahaman lansia tentang hipertensi, dan didapatkan data hasil pemeriksaan tekanan darah guna penanganan yang lebih lanjut. Diharapkan kegiatan ini dapat berkelanjutan dengan ditambahkan dalam kegiatan harian panti.

### Abstract

*Hypertension is a health problem often recognized as the silent killer because it occurs without any complaints or symptoms. The prevalence of hypertension among the elderly in Indonesia is 63.2% in the 65-74 age group, and 69.5% in the age group over 75 years. In South Kalimantan, it is 44.1%. This activity aims to improve elderly people's understanding of hypertension through health education, and the blood pressure of the elderly was measured. The activity was carried out in PPRSLU Budi Sejahtera South Kalimantan province, involving 25 respondents. Evaluation was carried out after the activity is finished. The majority of respondents were aged 55-65 years (76%) and were dominated by women (72%). The results of the blood pressure examination showed that the majority of the elderly experienced Grade 1 hypertension (80%). Blood pressure checks and health education about hypertension are important to improve the elderly's understanding of hypertension, and to obtain data from blood pressure checks for further management. It is hoped that this activity can be sustainable by being included in the daily activities of the nursing home.*

Cite this as :

Pefbrianti, D. (2026). Pemeriksaan Tekanan Darah dan Edukasi Kesehatan tentang Hipertensi pada Lansia di PPRSLU Budi Sejahtera Kalimantan Selatan, Jurnal Pengabdian Intan Martapura: 1(2) 51 – 54.

## PENDAHULUAN

Hipertensi atau yang sering di kenali dengan *the silent killer* karena hipertensi biasanya mampu terjadi tanpa ada keluhan atau gejala (Kemenkes, 2020). Hipertensi memiliki dampak yang signifikan bagi kesehatan masyarakat sehingga dapat menyebabkan peningkatan beban biaya kesehatan (Kemenkes RI, 2017). Kurangnya pemahaman masyarakat tentang faktor risiko, gejala, dan pencegahan hipertensi berkontribusi pada meningkatnya angka kejadian serta komplikasi seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal Qadariah & Pefbrianti, 2025). prevalensi hipertensi pada lansia di Indonesia sebesar 63,2% pada kelompok umur 65-74 tahun, dan untuk kelompok umur diatas 75 tahun sebesar 69,5%. Prevalensi penderita hipertensi cukup tinggi di Indonesia yaitu sebesar 34,1%. Kalimantan Selatan 44,1% (Riskedaskes, 2018). Penyakit hipertensi berada di peringkat pertama dari 10 penyakit terbesar di Kota Banjarbaru dengan jumlah 3.326 orang diantaranya perempuan berumur 45-75 berjumlah 1.853 orang dan laki-laki berumur 45-75 tahun berjumlah 1.088 orang (Dinkes Banjarbaru, 2018).

Salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap tingginya prevalensi hipertensi adalah kurangnya edukasi kesehatan di masyarakat, di PPRSLU Budi Sejahtera Provinsi Kalimantan Selatan banyak lansia yang belum memahami tentang hipertensi. Berdasarkan hasil pemeriksaan pada penelitian sebelumnya didapatkan 40 orang yang mengalami hipertensi. Hasil wawancara dengan ibu pengasuh wisma didapatkan hasil bahwa lansia tidak rutin minum obat dan cenderung makan yang mereka sukai dari luar dan tidak rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah. Kurang optimalnya informasi kesehatan, serta rendahnya kesadaran untuk menerapkan pola hidup sehat menjadi tantangan utama dalam pengendalian hipertensi di PPRSLU Budi Sejahtera provinsi Kalimantan Selatan.

Upaya yang dapat dilakukan dalam mencegah risiko hipertensi dan menghindari komplikasi hipertensi diantaranya dengan memberikan pendidikan kesehatan pada lansia. Selama ini, edukasi kesehatan di PPRSLU Budi Sejahtera Prov. Kalimantan Selatan masih bersifat kondisional yang dilakukan oleh tenaga Kesehatan dan tidak terstruktur. Oleh karena itu, kegiatan ini menawarkan pendekatan yang lebih interaktif dan terstruktur serta dilengkapi dengan media edukasi berupa booklet serta kegiatan praktik atau pemeriksaan tekanan darah langsung kepada lansia, sehingga mereka tidak hanya menerima informasi tetapi juga mengetahui kondisi tekanan darahnya.

Tujuan umum dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman lansia tentang hipertensi melalui pendidikan kesehatan dan didapatkan hasil tekanan darah lansia. Melalui pendidikan kesehatan tentang hipertensi ini diharapkan lansia dapat lebih proaktif dalam menjaga kesehatan mereka dan mencegah komplikasi hipertensi.

## METODE

Kegiatan yang dilaksanakan berupa pendidikan kesehatan pada lansia di PPRSLU Budi Sejahtera Provinsi Kalimantan Selatan. Peserta kegiatan sebanyak 25 partisipan. Pengumpulan data dilakukan dengan membagikan kuesioner tentang usia dan jenis kelamin serta pemeriksaan tekanan darah pada lansia. Kuesioner dan pemeriksaan tekanan darah dilakukan sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang hipertensi. Kegiatan utama dilakukan di mushola panti. pada tanggal 12 Februari 2025 sekaligus tahapan evaluasi, dengan tahapan sebagai berikut:

- 1) Tahap Persiapan  
Tahap persiapan dalam pengabmas ini terdiri dari:
  - a) Survey awal tempat pelaksanaan kegiatan
  - b) Melaksanakan observasi dan wawancara ke mitra untuk menentukan prioritas Permasalahan yang harus segera diselesaikan
  - c) Melakukan proses pengumpulan data untuk mempersiapkan bahan dalam proses perancangan kegiatan
  - d) Pembuatan proposal
  - e) Persiapan tempat dan alat untuk pelaksanaan kegiatan
- 2) Tahap Pelaksanaan  
Pelaksanaan kegiatan pengabmas pemeriksaan tekanan darah dan edukasi kesehatan tentang hipertensi terdiri dari beberapa kegiatan diantaranya:
  - Mengukur TD lansia
  - Edukasi tentang penyakit hipertensi
  - Diskusi dan tanya jawab seputar hipertensi
- 3) Tahap Akhir  
Pada tahap ini akan dilaksanakan kegiatan sebagai berikut:
  - a) Melakukan evaluasi keberhasilan kegiatan ini, berkaitan dengan antusiasme lansia dan jumlah lansia yang mengikuti kegiatan kurang lebih 25 orang
  - b) Pembuatan laporan hasil kegiatan
  - c) Publikasi hasil kegiatan ke jurnal

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik partisipan dalam kegiatan pengabdian ini berdasarkan usia dan jenis kelamin sebagai berikut berdasarkan tabel:

**Tabel 1. Karakteristik partisipan pengabdian masyarakat (n=25)**

| Karakteristik        | Jumlah | Persentase (%) |
|----------------------|--------|----------------|
| <b>Usia</b>          |        |                |
| 55-65 Tahun          | 19     | 76%            |
| 66-74 Tahun          | 6      | 24%            |
| <b>Jenis Kelamin</b> |        |                |
| Laki-laki            | 7      | 28%            |
| Perempuan            | 18     | 72%            |

Pada tabel 1, dari total 25 partisipan mayoritas partisipan berusia 55-65 tahun sebanyak 19 responden (76%) yang didominasi perempuan sebanyak 18 partisipan (72%).

**Tabel 2. Distribusi frekuensi data pemeriksaan tekanan darah pada lansia (n=25)**

| Tekanan darah      | Jumlah | Persentase (%) |
|--------------------|--------|----------------|
| Hipertensi Grade 1 | 20     | 80%            |
| Hipertensi grade 2 | 5      | 20%            |

Berdasarkan tabel 2 dapat disimpulkan bahwa mayoritas partisipan mengalami hipertensi grade 1 sebanyak 20 orang (80%).



**Gambar 1-2. Kegiatan Pengabdian Masyarakat Pendidikan Kesehatan tentang Hipertensi dan Pemeriksaan Tekanan darah**

Hasil evaluasi dari kegiatan ini dapat dilihat tingginya antusias lansia untuk mengikuti kegiatan dan melakukan pemeriksaan tekanan darah. Pengukuran tekanan darah rutin dilakukan untuk mengetahui peningkatan tekanan darah yang tidak dirasakan oleh penderita hipertensi. Menurut Pefbrianti dkk (2022) penting dilakukan screening kesehatan melalui pemeriksaan tekanan darah sebagai tahap awal dalam penatalaksanaan lebih lanjut. Selain itu, seseorang yang mendapatkan pendidikan kesehatan dan ingin memeriksakan diri dapat mengetahui kondisi kesehatan tubuhnya sehingga penatalaksanaan dapat dilakukan dengan segera. metode juga memiliki peranan penting dalam penyampaian materi. Metode yang digunakan pada kegiatan ini menggunakan *booklet* dan demonstrasi selama 60 menit. Hal ini sejalan dengann penelitian yang dilakukan oleh Mardhiah dkk. (2015) yaitu intervensi yang dilakukan secara kelompok di aula puskesmas Indrajaya dengan menggunakan media *booklet* dan *power point* diberikan selama 60 menit dengan materi pendidikan kesehatan tentang perawatan diri pasien hipertensi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa metode edukasi yang digunakan dalam kegiatan ini efektif dalam meningkatkan kesadaran lansia mengenai hipertensi.

Pendidikan kesehatan yang diberikan mencakup informasi tentang pengertian, tanda dan gejala, faktor risiko, pencegahan, serta pentingnya kepatuhan terhadap pengobatan dan diet yang menjadi aspek utama dalam pengendalian hipertensi. Individu lebih mungkin untuk mengadopsi perilaku sehat apabila mereka menyadari risiko penyakit dan manfaat dari tindakan pencegahan yang dilakukan (Buana et al., 2023).

Pendidikan kesehatan merupakan suatu metode dukungan penatalaksanaan non farmakologi untuk hipertensi yang dilakukan secara kelompok yang dapat meningkatkan perawatan diri dengan menggunakan berbagai metode seperti teaching (pengajaran yang dapat meningkatkan pengetahuan tentang penyakit hipertensi), edukasi diet DASH dan latihan fisik yang dapat memberikan dan mendukung keterampilan penderita dalam upaya perawatan diri (Darmasnyah, 2017). Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa kemampuan pasien dalam melakukan perawatan diri sendiri sangat berpengaruh terhadap tekanan darah pasien hipertensi. Dalam penelitian Lestari & Isnaini (2018) didapatkan bahwa *self management* dapat membantu menurunkan tekanan darah disamping mengkonsumsi obat antihipertensi. Keyakinan terhadap efektivitas terapi, efikasi diri, dukungan sosial, dan komunikasi antara tenaga kesehatan dengan pasien juga berpengaruh terhadap *self management* pasien hipertensi.

Solusi yang bisa dilakukan untuk kontinuitas kegiatan ini yaitu diharapkan petugas kesehatan/ibu panti di PPRSLU Budi Sejahtera dapat melanjutkan kegiatan ini secara berkala. Optimalisasi peran ini membutuhkan perhatian dari perawat dalam perencanaan asuhan keperawatan pada lansia hipertensi untuk mengoptimalkan kemandirian lansia dalam mengontrol/mencegah penyakit hipertensi. Peran perawat dalam kasus lansia hipertensi ini difokuskan pada pemberian dukungan bagi lansia untuk dapat mempertahankan kondisi kesehatan yang ada, dan tetap memberikan kesempatan pada lansia untuk melakukan aktifitas kehidupan sehari hari seoptimal mungkin dan diberikan bantuan saat lansia tersebut membutuhkan.

Mengingat pentingnya hal tersebut, hendaknya kegiatan pendidikan kesehatan ini dilaksanakan secara rutin agar pemahaman lansia tidak hanya bersifat sementara. Menurut Huda (2015) pelajaran yang diulang akan memberikan tanggapan yang jelas dan tidak mudah dilupakan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan tentang hipertensi kepada lansia mendapatkan antusias yang tinggi dan keinginan yang kuat dari lansia untuk belajar dan memeriksakan tekanan darahnya. Pendidikan kesehatan tentang penyakit hipertensi hendaknya dilakukan secara terus menerus untuk meningkatkan kesadaran pada lansia untuk mengendalikan/mencegah hipertensi atau komplikasinya.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada Pimpinan Stikes Intan Martapura yang telah memfasilitasi dalam kegiatan ini, serta kepada kepala PPRSLU Budi Sejahtera Provinsi Kalimantan Selatan yang telah memberikan izin untuk kegiatan pengabmas ini. Selain itu, kami jua menyampaikan terimakasih kepada lansia di PPRSLU yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Huda, N., Kusuma, H. (2015) Nanda NIC-NOC aplikasi asuhan keperawatan berdasarkan diagnosa medis. Jilid 2. Yogyakarta: Mediacion.
- Buana, C., Tarwoto, T., Bakara, D. M., Sutriyanti, Y., & Sridiany, S. (2023). Implementasi Health Believe Models Dalam Perilaku Pencegahan Komplikasi Diabetes Mellitus. *Quality: Jurnal Kesehatan*, 17(1), 10–18. <https://doi.org/10.36082/qjk.v17i1.875>.
- Darmansyah, A.F., Nursalam, N., Suharto, S., 2017. The Effectiveness of Supportive Educative in Increasing Self Regulation, Self Efficacy, and Self Care Agency to Control Glicemic Index in Patient with Type II Diabetes. *J. Ners* 8, 253–270
- Hezam, A. A. M., Shaghdar, H. B. M., & Chen, L. (2024). The connection between hypertension and diabetes and their role in heart and kidney disease development. *Journal of Research in Medical Sciences*, 29(1). [https://doi.org/10.4103/jrms.jrms\\_470\\_23](https://doi.org/10.4103/jrms.jrms_470_23)
- Kemenkes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. [https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Hasil-risikesdas-2018\\_1274.pdf](https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-risikesdas-2018_1274.pdf)
- Kemenkes RI. 2020. Hipertensi. Online. Diakses [http://www.p2ptm.kemkes.go.id/infogra\\_phic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantungdan-pembuluh-darah/apa-itu-hipertensitekanan-darah-tinggi](http://www.p2ptm.kemkes.go.id/infogra_phic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantungdan-pembuluh-darah/apa-itu-hipertensitekanan-darah-tinggi).
- Lestari, I. G., & Isnaini, N. (2018). *Pengaruh Self Management Terhadap Tekanan Darah Lansia Yang Mengalami Hipertensi*. 02(11), 7–18.
- Mardhiah, A., Asnawi Abdullah, H.. (2015). Pendidikan Kesehatan Dalam Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Keterampilan Keluarga Dengan Hipertensi-Pilot Study. *J. Ilmu keperawatan* 3.
- Pefbrianti, D, Hairina. L. D, Ifansyah. M.N. (2022). Optimalisasi Kesehatan lansia dengan Kegiatan Skrining Diabetes Mellitus dan Hipertensi, Covit (Community service of Health), 2022, 2,1
- Qadariah, L., & Pefbrianti, D. (2025). Level of Compliance with Medication Among Elderly People with Hypertension in the Aranio Community Health Center Service Area. *Hafidz Journal of Nursing Studies*, 1(1), 29–35.

