

Improving Elderly Knowledge on Hypertension through Health Education in Parakan Village, Garut

Asman Sadino¹, Novriyanti Lubis², Shendi Suryana³, Riska Prasetiawati⁴, Belya Anindia Hermawan⁵, Effan Cahyati⁶, Riza Apriani⁷, Karina⁸, Rena⁹

^{1,2,3,4,5,6,8,9}Program Studi Farmasi, Fakultas MIPA, Universitas Garut, Jl. Jati No. 42 B Tarogong Kaler, Kab. Garut, Indonesia.

⁷Program Studi Kimia, Fakultas MIPA, Universitas Garut, Jl. Jati No. 42 B Tarogong Kaler, Kab. Garut, Indonesia.

*E-mail: asman@uniga.ac.id

Abstract

Hypertension is a non-communicable disease often referred to as a "silent killer" because it may develop without noticeable symptoms and can lead to serious complications if left untreated. Elderly individuals are among the high-risk groups who require special attention in efforts to prevent and control hypertension. This community service activity aimed to improve the knowledge of elderly residents regarding hypertension through health education as a preventive measure against further complications. The program was conducted in Parakan Village, Garut Regency, involving 30 elderly participants. The method used was health education combined with pre-test and post-test assessments to evaluate knowledge improvement. The results showed a significant increase in understanding after the session, particularly regarding the symptoms and prevention of hypertension. Another notable finding was that most participants had only elementary-level education, which influenced their receptiveness to health information. In conclusion, health education proved effective in enhancing the elderly's knowledge of hypertension and its potential complications. Periodic follow-up education and collaboration with local health services are recommended to sustain the impact.

Keyword: Hypertension, Elderly, Health Education, Prevention.

Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang sering dijuluki sebagai "silent killer" karena dapat berkembang tanpa gejala yang jelas dan berisiko menimbulkan komplikasi serius jika tidak ditangani. Lansia termasuk kelompok rentan yang membutuhkan perhatian khusus dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi.

Article Info:

Received 22 April 2025

Revised 25 April 2025

Accepted 23 April 2025

Available online 7 Mei 2025

ISSN : 2745-6951

DOI :

<https://doi.org/10.35899/ijce.v6i2.1034>



Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE) is published under licensed of a CC BY-SA [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

e-ISSN : 2745-6951

DOI : <https://doi.org/10.35899/ijce.v6i2.1034>

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan lansia tentang hipertensi melalui edukasi kesehatan sebagai bentuk antisipasi komplikasi lanjut. Kegiatan dilaksanakan di Desa Parakan, Kabupaten Garut, dengan melibatkan 30 peserta lansia. Metode yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan disertai pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang signifikan setelah penyuluhan, terutama pada aspek gejala dan pencegahan hipertensi. Temuan lain menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki tingkat pendidikan terakhir Sekolah Dasar, yang turut memengaruhi pola pikir dan respons terhadap informasi kesehatan. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah edukasi kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman lansia tentang hipertensi dan pentingnya pencegahan komplikasi. Disarankan untuk melakukan edukasi lanjutan secara berkala dan melibatkan fasilitas layanan kesehatan setempat.

Kata Kunci : Hipertensi, Lansia, Edukasi Kesehatan, Pencegahan

I. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan kondisi kronis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah, di mana diagnosis ditegakkan apabila tekanan darah sistolik (TDS) mencapai ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik (TDD) ≥ 90 mmHg berdasarkan hasil pengukuran di fasilitas layanan kesehatan [1]. Tren peningkatan kasus hipertensi di Indonesia terlihat cukup signifikan dalam beberapa tahun terakhir. Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi nasional tercatat sebesar 34,1%, meningkat cukup tajam dibandingkan hasil survei serupa tahun 2013 yang hanya sebesar 25,8% [2]. Jika ditinjau berdasarkan kelompok usia, pada tahun 2018 angka prevalensi hipertensi tercatat sebesar 13,22% pada usia 18–24 tahun, 20,13% pada usia 25–34 tahun, dan 31,61% pada usia 35–44 tahun [3]. Angka-angka tersebut juga menunjukkan kenaikan bila dibandingkan dengan data Riskesdas 2013 yang masing-masing sebesar 8,7%, 14,7%, dan 24,8% untuk kelompok usia yang sama [2]. Data ini mencerminkan adanya kecenderungan meningkatnya tekanan darah tinggi pada kelompok usia produktif, yang patut menjadi perhatian dalam upaya promotif dan preventif kesehatan masyarakat.

Angka kejadian hipertensi terus mengalami peningkatan, terutama pada kelompok usia lanjut. Lansia, yaitu individu berusia lebih dari 60 tahun, lebih rentan terhadap berbagai penyakit degeneratif, termasuk tekanan darah tinggi. Faktor fisiologis yang menyertai proses penuaan, seperti berkurangnya elastisitas dinding pembuluh darah, penebalan katup jantung, serta penurunan kapasitas kontraksi dan volume pompa jantung, turut berperan dalam peningkatan risiko hipertensi pada lansia [3]. Hipertensi sering dijuluki sebagai “*silent killer*” karena dapat berkembang tanpa gejala yang jelas, sehingga banyak penderita yang tidak menyadari kondisinya hingga muncul komplikasi serius [4]. Penundaan dalam penanganan sering terjadi karena kurangnya gejala yang terasa, keterbatasan akses layanan kesehatan, serta rendahnya kesadaran masyarakat akan pentingnya deteksi dini terutama pada kelompok lansia [5].



Hipertensi yang tidak terkontrol secara adekuat dapat menimbulkan berbagai komplikasi serius, antara lain penyakit jantung koroner, gagal jantung, stroke, dan gangguan fungsi ginjal. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pengendalian tekanan darah melalui modifikasi gaya hidup dan terapi farmakologis mampu menurunkan risiko komplikasi hingga 50% [7]. Oleh karena itu, intervensi promotif dan preventif menjadi sangat penting untuk menekan angka kejadian dan dampak lanjut dari hipertensi, salah satunya melalui edukasi kesehatan kepada masyarakat.

Sayangnya, masih banyak masyarakat yang belum memiliki pengetahuan memadai terkait faktor risiko, upaya pencegahan, serta perilaku hidup sehat untuk mengelola hipertensi. Edukasi mengenai penyebab hipertensi, dampak gaya hidup, serta strategi pengendalian tekanan darah diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pencegahan sejak dini [8]. Pemahaman yang baik dapat mendorong terbentuknya tindakan preventif yang lebih efektif, serta menurunkan prevalensi dan komplikasi akibat hipertensi [9].

Sebagai bagian dari upaya tersebut, dilakukan kegiatan penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan tekanan darah bagi kelompok lanjut usia di Kampung Bonang, Desa Parakan, Kecamatan Samarang, Kabupaten Garut. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam mencegah dan mengendalikan hipertensi. Hasil wawancara awal pada saat survei lokasi menunjukkan bahwa sebagian besar warga lansia mengalami hipertensi. Beberapa di antaranya mengaku sering lupa mengonsumsi obat, sehingga tekanan darah tidak terkontrol. Sebagian lainnya tidak mengetahui bahwa dirinya menderita hipertensi maupun risiko komplikasinya, sedangkan sebagian kecil telah memiliki kesadaran terhadap kondisinya dan secara rutin menjalani pengobatan.

Kondisi tersebut mencerminkan rendahnya literasi kesehatan di tingkat keluarga sebagai unit terkecil dalam masyarakat. Padahal, keluarga memiliki peran strategis dalam menciptakan perilaku sehat dan menjadi indikator kesejahteraan masyarakat secara umum, termasuk dalam aspek kesehatan. Dengan demikian, pelaksanaan kegiatan promotif dan preventif hipertensi perlu dilakukan sejak dini dan dimulai dari lingkungan keluarga. Diharapkan melalui kegiatan ini, pemahaman masyarakat dapat meningkat sehingga mampu mencegah terjadinya komplikasi lebih lanjut akibat hipertensi.

II. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di Aula Kantor Desa Parakan, Kecamatan Samarang, Kabupaten Garut, Jawa Barat. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 14 Juli 2025 dengan jumlah peserta 30 orang yang hadir. Materi yang disampaikan pada pengabdian kepada masyarakat ini terkait dengan hipertensi, faktor resiko, gejala, penyebab, pencegahan, dan pengendalian hipertensi. Penyuluhan dalam bentuk pengabdian masyarakat ini dikatakan berhasil apabila terdapat perubahan signifikan antara pemahaman terkait hipertensi, faktor resiko, gejala, penyebab, pencegahan, dan pengendalian hipertensi sebelum dan setelah penyuluhan. Untuk dapat melihat ada atau tidaknya dampak pada pengabdian masyarakat yang dilaksanakan, kami melakukan *pre-test* dan juga *post-test* dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Kampung Bonang, Desa Parakan, Kecamatan Samarang, Kabupaten Garut, diperoleh temuan



bahwa terdapat perbedaan tingkat pemahaman masyarakat sebelum dan sesudah pelaksanaan sosialisasi. Perbedaan ini diperoleh dari hasil kuesioner yang dibagikan kepada peserta sebelum dan sesudah kegiatan berlangsung. Selama pelaksanaan sosialisasi, seluruh masyarakat yang hadir mengikuti materi dengan antusias dan menunjukkan pemahaman yang baik terhadap informasi yang disampaikan oleh narasumber. Hasil sosialisasi tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat, khususnya mengenai definisi, gejala, pencegahan, serta komplikasi lanjutan dari penyakit hipertensi. Peningkatan ini menjadi indikator keberhasilan kegiatan edukatif yang dilakukan, di mana masyarakat menjadi lebih memahami pentingnya upaya pencegahan sejak dini guna menurunkan risiko komplikasi akibat hipertensi [10]. Secara umum, kegiatan ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat terkait hipertensi sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif di bidang kesehatan masyarakat. Data peningkatan pengetahuan masyarakat dapat dilihat secara lebih rinci pada Tabel 1.

Tabel 1. Tingkat Pemahaman Warga Terhadap Penyakit Hipertensi

No	Pertanyaan	Sebelum penyuluhan	Setelah penyuluhan
1	Berapa tekanan darah orang normal/sehat?	83%	100%
2	Gejala umum dari hipertensi?	33%	63%
3	Cara mencegah hipertensi?	33%	77%
4	Nutrisi yang tepat untuk penderita hipertensi?	73%	83%

Berdasarkan Tabel 1, terlihat adanya peningkatan tingkat pemahaman warga terhadap penyakit hipertensi setelah dilakukan kegiatan penyuluhan. Pada pertanyaan mengenai tekanan darah normal/sehat, sebanyak 83% responden telah memiliki pemahaman yang benar sebelum penyuluhan, dan meningkat menjadi 100% setelah penyuluhan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar warga telah memiliki pengetahuan awal yang cukup baik, dan penyuluhan berhasil memastikan bahwa seluruh peserta memahami informasi ini dengan benar. Sementara itu, pada pertanyaan mengenai gejala umum hipertensi, hanya 33% responden yang menjawab dengan benar sebelum penyuluhan, dan meningkat menjadi 63% setelahnya. Ini menunjukkan bahwa aspek gejala masih kurang dikenal masyarakat dan membutuhkan edukasi yang lebih mendalam. Peningkatan yang paling signifikan terlihat pada pemahaman tentang cara mencegah hipertensi, dari 33% menjadi 77%, yang mencerminkan keberhasilan penyuluhan dalam menanamkan pentingnya tindakan pencegahan seperti pola hidup sehat [11]. Adapun mengenai nutrisi yang tepat untuk penderita hipertensi, pemahaman masyarakat sudah cukup tinggi sebelum penyuluhan yaitu sebesar 73%, dan meningkat menjadi 83% setelah penyuluhan. Secara keseluruhan, penyuluhan ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi, terutama pada aspek-aspek yang sebelumnya kurang dipahami.

Salah satu temuan menarik dari hasil analisis kuesioner adalah bahwa mayoritas responden lanjut usia (lansia) di Kampung Bonang, Desa Parakan, Kecamatan Samarang, Kabupaten



Garut memiliki tingkat pendidikan terakhir Sekolah Dasar (SD). Tingkat pendidikan memiliki hubungan yang erat dengan pola pikir individu, yang pada gilirannya dapat memengaruhi perilaku dalam merespons suatu kondisi, termasuk masalah kesehatan. Individu dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah cenderung memiliki akses terbatas terhadap informasi kesehatan yang komprehensif dan akurat. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka semakin tinggi pula kemungkinan individu tersebut memiliki pengetahuan yang memadai [12].

Dalam konteks ini, pendidikan baik formal maupun nonformal, berperan penting dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat terhadap upaya pencegahan penyakit, termasuk stroke dan hipertensi [13]. Pengetahuan yang diperoleh dari proses pendidikan dapat membentuk sikap dan perilaku yang lebih sehat. Namun demikian, pengetahuan saja tidak selalu berbanding lurus dengan perubahan perilaku [14]. Individu yang telah memperoleh pendidikan yang cukup tetap memerlukan kesadaran dan motivasi internal untuk mengadopsi gaya hidup sehat dan meninggalkan kebiasaan lama yang berisiko terhadap kesehatan [15]. Oleh karena itu, riwayat pendidikan tidak hanya berdampak pada tingkat pemahaman seseorang terhadap isu kesehatan, tetapi juga berperan dalam membentuk kesiapan individu untuk melakukan perubahan perilaku yang mendukung pencegahan penyakit [16].

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan tujuan dan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan ini berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam mencegah dan mengendalikan hipertensi. Peningkatan pemahaman terlihat signifikan pada aspek-aspek yang sebelumnya kurang diketahui, seperti gejala hipertensi dan langkah pencegahannya. Selain itu, pemahaman terhadap tekanan darah normal dan nutrisi untuk penderita hipertensi juga mengalami peningkatan meskipun pada awalnya sudah relatif baik. Dengan demikian, penyuluhan ini dinilai efektif dalam memperkuat kesadaran masyarakat akan pentingnya gaya hidup sehat sebagai upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi. Adapun saran dalam penelitian ini bahwa perlu dilakukan penyuluhan lanjutan secara berkala, terutama terkait gejala dan pencegahan hipertensi. Edukasi interaktif dan kolaborasi dengan fasilitas kesehatan setempat juga disarankan untuk memperkuat dampak edukasi.

V. REFERENSI

- [1] W. H. Organization, "Scabies," 2023. .
- [2] I. Isramilda, A. Asda, and R. Y. Purnama, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Skabies Di Pondok Pesantren Darul Falah Kota Batam," *Zo. Kedokt. Progr. Stud. Pendidik. Dr. Univ. Batam*, vol. 13, no. 1, pp. 312–322, 2023, doi: 10.37776/zked.v13i1.1155.
- [3] N. A. Hamdani and R. N. Khalifah, "The Influence of Risk Perception on Business Model Innovation," *Int. J. ...*, 2023, [Online]. Available: <https://journal.rescollacomm.com/index.php/ijbesd/article/view/469>.
- [4] A. Zakiudin, "Perilaku Kebersihan Diri (Personal Hygiene) Santri di Pondok Pesantren Wilayah Kabupaten Brebes," *Promosi Kesehat.*, vol. 11, no. 2, pp. 64–83, 2016.
- [5] A. N. Hikmah, A. Kadarwati, B. Sampurmantoro, F. Sisilia, P. Pakpahan, and N. W.



- Krisanty, “Kebersihan Tempat Tidur dan Sprei Sebagai Faktor Resiko Scabies Di Pondok Pesantren Tashih Quran Ar-Rofi Semarang Tahun 2023,” *J. Pengabd. Masy. Bangsa*, vol. 1, no. 7, pp. 1251–1255, 2023, doi: 10.59837/jpmba.v1i7.347.
- [6] K. L. Carla Florencia, “Tinjauan Pustaka : Peran Apoteker Dalam Pengobatan Skabies Di Apotek,” *Farmaka*, vol. 21, no. 2, pp. 53–59, 2021.
- [7] and S. W. A. Asmoro, Kurnia, “Hubungan Pengetahuan Dengan Pemilihan Obat Pada Swamedikasi Batuk Di Masyarakat Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah,” 2015.
- [8] Nu. N. Hasna Ibadurrahmi, Silivia Veronica, “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Penyakit Skabies pada Santri di Pondok Pesantren Qotrun Nada Cipayung Depok Februari Tahun 2916,” *Pap. Knowl. . Towar. a Media Hist. Doc.*, vol. 10, no. 1, pp. 33–45, 2016.
- [9] D. S. Armansyah, “Gambaran Personal Hygiene Dan Kejadian Penyakit Kulit Di Pesantren Mathla’ul Anwar Dan Pesantren Walisongo,” 2020.
- [10] Departemen Kesehatan RI, “Pedoman Penggunaan Obat Bebas dan Bebas Terbatas Departemen Kesehatan Republik Indonesia,” *Dep. Kesehat. Republik Indones.*, pp. 10–79, 2006.
- [11] G. Abdul *et al.*, “Information Technology Resources and Innovation Performance in Higher Education,” vol. 15, no. 04, pp. 117–125, 2021.
- [12] Depkes RI, “Pedoman Penggunaan Obat Bebas dan Bebas Terbatas,” *Pedoman Pengguna. Obat Bebas dan Bebas Terbatas*, pp. 1–78, 2007.
- [13] M. Kurniawan, M. S. S. Ling, and Franklind, “Diagnosis dan Terapi Skabies,” *Cermin Dunia Kedokt.*, vol. 47, no. 2, p. 104, 2020.
- [14] N. Rahmatia and T. Ernawati, “Penatalaksanaan Skabies Melalui Pendekatan Kedokteran Keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas Satelit,” *Majority*, vol. 9, no. 1, pp. 1–8, 2020.
- [15] J. Liambana, “Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Melalui Media Video Immim Putra Makassar the Effect of Health Counseling Through Video of Media on Effort To Prevent Skabies At The Pesantren Immim Putra In Makkasar,” *J. Heal. Qual. Dev.*, vol. 1, no. 1, pp. 1–8, 2021.
- [16] E. A. Darsini, Fahrurozi dan Cahyono, “Pengetahuan; Artikel Review,” *J. Keperawatan*, vol. 12, no. 1, 2019.

