Jurnal Insan Pengabdian Indonesia
Volume 4, Nomor 2, Juni 2026
E-ISSN: 2986-7371; P-ISSN: 2986-7363, Hal. 295-305
DOI: https://doi.org/10.62007/jouipi.v4i2.808
Tersedia: https://ejournal.alhafiindonesia.co.id/index.php/JOUIPI

Penyuluhan Kesehatan tentang Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi Pada Lansia di Desa Rambong Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya

Health Education on the Prevention and Control of Hypertension Among the Elderly in Rambong Village, Meureudu Subdistrict, Pidie Jaya Regency

Khairuman[1*], Anis Mardiyah[2], Ully Fitria[3]
[1-3]Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Abulyatama, Indonesia
[*]*Penulis Korespondensi: khairuman_fikes@abulyatama.ac.id*

Riwayat Artikel:
Naskah Masuk: 12 April 2026;
Revisi: 14 Mei 2026;
Diterima: 15 Juni2026;
Terbit: 30 Juni 2026

Keywords: *Community Service; Health Education; Hypertension; Older Adults; Health Promotion.*

Abstract. *Hypertension is one of the major non-communicable diseases and remains a significant public health problem, particularly among the elderly population. Limited public knowledge regarding the risk factors and management of hypertension may increase the risk of complications such as stroke, coronary heart disease, and kidney failure. This community service activity aimed to improve the knowledge and awareness of the community, especially the elderly, regarding hypertension prevention and control in Rambong Village, Meureudu Subdistrict, Pidie Jaya Regency. The program was implemented using an educational approach through interactive lectures, discussions, healthy lifestyle education, blood pressure examinations, and pre-test and post-test evaluations. A total of 45 participants consisting of elderly people, housewives, and health cadres attended the activity. The results showed an improvement in participants' knowledge after the educational intervention, indicated by the increase in the proportion of participants with good knowledge from 22.2% during the pre-test to 75.6% during the post-test. Participants also demonstrated better understanding regarding hypertension risk factors, salt intake reduction, regular physical activity, medication adherence, and routine blood pressure monitoring. In addition, participants showed high enthusiasm and active participation throughout the activity. Community-based health education was proven effective in improving public awareness regarding hypertension prevention and control. Therefore, sustainable health education programs are needed to improve the quality of life of the elderly and reduce the risk of hypertension complications in the community.*

Abstrak.

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan masyarakat utama, terutama pada kelompok lanjut usia. Rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko dan pengendalian hipertensi dapat meningkatkan risiko komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, khususnya lansia, mengenai pencegahan dan pengendalian hipertensi di Desa Rambong Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya. Kegiatan dilaksanakan menggunakan pendekatan edukatif melalui metode ceramah interaktif, diskusi, edukasi pola hidup sehat, pemeriksaan tekanan darah, serta evaluasi *pre-test* dan *post-test*. Peserta kegiatan berjumlah 45 orang yang terdiri atas lansia, ibu rumah tangga, dan kader kesehatan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan peserta setelah penyuluhan, ditandai dengan meningkatnya kategori pengetahuan baik dari 22,2% pada saat *pre-test* menjadi 75,6% pada saat *post-test*. Peserta juga mengalami peningkatan pemahaman mengenai faktor risiko hipertensi, pentingnya pembatasan konsumsi garam, aktivitas fisik rutin, kepatuhan pengobatan, dan pemeriksaan tekanan darah secara berkala. Selain itu, peserta menunjukkan antusiasme dan partisipasi aktif selama kegiatan berlangsung. Kegiatan penyuluhan kesehatan berbasis masyarakat terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pencegahan dan pengendalian hipertensi. Oleh karena itu, program edukasi kesehatan perlu dilakukan secara berkelanjutan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia dan menurunkan risiko komplikasi hipertensi di masyarakat.

Kata kunci: Edukasi Kesehatan; Hipertensi; Lansia; Pengabdian Masyarakat; Penyuluhan Kesehatan.

1. LATAR BELAKANG

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi penyebab utama kematian di dunia. Penyakit ini sering disebut sebagai *silent killer* karena sebagian besar penderita tidak menyadari kondisi yang dialaminya hingga muncul komplikasi serius. *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa sekitar 1,28 miliar penduduk dunia usia 30–79 tahun mengalami hipertensi dan hampir dua pertiga di antaranya berada di negara berkembang. Tingginya angka kejadian hipertensi menunjukkan bahwa penyakit ini masih menjadi tantangan besar dalam pembangunan kesehatan masyarakat global (World Health Organization, 2023). Hipertensi merupakan kondisi meningkatnya tekanan darah sistolik ≥140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥90 mmHg secara menetap. Kondisi ini dapat meningkatkan risiko berbagai penyakit kronis seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal, hingga kematian dini. Selain itu, hipertensi juga berkontribusi terhadap tingginya angka kecacatan dan penurunan produktivitas masyarakat. Oleh karena itu, upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi perlu dilakukan secara komprehensif melalui pendekatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Di Indonesia, hipertensi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang terus mengalami peningkatan. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi hipertensi pada penduduk usia di atas 18 tahun mencapai 34,1%. Angka tersebut menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun sebelumnya dan menjadi perhatian penting dalam upaya pengendalian penyakit tidak menular. Selain itu, sebagian besar penderita hipertensi belum terdiagnosis dan tidak rutin melakukan pengobatan sehingga meningkatkan risiko komplikasi yang lebih berat (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Kelompok lanjut usia merupakan populasi yang paling rentan mengalami hipertensi akibat proses degeneratif yang menyebabkan penurunan elastisitas pembuluh darah dan perubahan fungsi organ tubuh. Seiring bertambahnya usia, pembuluh darah menjadi lebih kaku sehingga tekanan darah cenderung meningkat. Selain faktor usia, hipertensi pada lansia juga dipengaruhi oleh pola makan tinggi garam, kurang aktivitas fisik, obesitas, stres, kebiasaan merokok, konsumsi makanan berlemak, serta rendahnya kepatuhan dalam melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin (WHO, 2023).

Hipertensi pada lansia tidak hanya berdampak terhadap kondisi fisik, tetapi juga memengaruhi kualitas hidup dan kemampuan lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Lansia dengan hipertensi yang tidak terkontrol memiliki risiko lebih tinggi mengalami stroke, gangguan fungsi ginjal, penurunan fungsi kognitif, dan penyakit jantung koroner. Kondisi tersebut dapat meningkatkan beban keluarga serta biaya pelayanan kesehatan. Oleh sebab itu, peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai hipertensi menjadi langkah penting dalam

pencegahan komplikasi dan peningkatan kualitas hidup lansia (Kemenkes RI, 2021).

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu strategi efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku masyarakat. Penyuluhan kesehatan dapat membantu masyarakat memahami faktor risiko hipertensi, mengenali gejala, serta menerapkan perilaku hidup sehat untuk mencegah komplikasi. Menurut Notoatmodjo (2018), pendidikan kesehatan memiliki peranan penting dalam membentuk perilaku kesehatan individu melalui peningkatan pengetahuan, sikap, dan kesadaran masyarakat. Melalui edukasi kesehatan yang tepat, masyarakat diharapkan mampu melakukan pengendalian hipertensi secara mandiri dan berkelanjutan.

Desa Rambong merupakan salah satu desa di Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya dengan jumlah lansia yang cukup tinggi. Secara geografis, desa ini berada di wilayah dataran yang dikelilingi area persawahan dan permukiman masyarakat. Mayoritas masyarakat bekerja sebagai petani dan pedagang dengan tingkat aktivitas fisik yang beragam. Berdasarkan data desa, jumlah penduduk Desa Rambong sekitar 1.250 jiwa dengan sekitar 150 orang merupakan kelompok lanjut usia. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kebutuhan pelayanan kesehatan masyarakat, khususnya pada kelompok lansia, menjadi sangat penting (BPS Kabupaten Pidie Jaya, 2024). Hasil observasi awal dan informasi dari kader kesehatan menunjukkan bahwa sebagian masyarakat masih memiliki pengetahuan yang rendah terkait faktor risiko, pencegahan, dan pengendalian hipertensi. Sebagian lansia masih mengonsumsi makanan tinggi garam, kurang melakukan aktivitas fisik, serta jarang memeriksakan tekanan darah secara rutin. Selain itu, sebagian masyarakat menganggap hipertensi sebagai kondisi biasa yang tidak memerlukan pengobatan berkelanjutan. Rendahnya kesadaran masyarakat tersebut dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi hipertensi pada kelompok lansia.

Kondisi tersebut menunjukkan perlunya upaya promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan berbasis masyarakat. Penyuluhan kesehatan menjadi salah satu metode efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga tekanan darah tetap normal melalui penerapan pola hidup sehat. Kegiatan edukasi yang dilakukan secara langsung diharapkan mampu meningkatkan partisipasi masyarakat dalam menjaga kesehatan diri dan keluarga serta mendorong masyarakat untuk lebih aktif memanfaatkan pelayanan kesehatan yang tersedia (Notoatmodjo, 2018). Berdasarkan permasalahan tersebut, maka dosen beserta tim pengabdian masyarakat melaksanakan kegiatan penyuluhan kesehatan tentang pencegahan dan pengendalian hipertensi pada lansia di Desa Rambong Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya. Kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan perilaku masyarakat dalam mencegah hipertensi serta menurunkan risiko komplikasi penyakit tidak menular di lingkungan masyarakat.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif naratif. Pendekatan ini digunakan untuk menggambarkan secara sistematis proses pelaksanaan penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan dan pengendalian hipertensi pada lansia di Desa Rambong Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya. Metode deskriptif naratif dipilih karena mampu memberikan gambaran yang mendalam mengenai proses kegiatan, partisipasi masyarakat, serta perubahan pengetahuan dan kesadaran peserta setelah mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan.

Kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui beberapa tahapan, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, observasi, dan evaluasi kegiatan. Pada tahap persiapan, tim pengabdian melakukan koordinasi dengan perangkat desa, kader kesehatan, dan tenaga kesehatan dari Puskesmas Meureudu terkait penentuan jadwal, lokasi, serta sasaran kegiatan. Selain itu, dilakukan identifikasi awal terhadap kondisi masyarakat dan kelompok lansia yang memiliki risiko hipertensi berdasarkan hasil observasi lapangan dan informasi dari kader kesehatan setempat. Tahap ini bertujuan untuk memastikan kegiatan yang dilaksanakan sesuai dengan kebutuhan masyarakat.

Tahap pelaksanaan kegiatan diawali dengan pembukaan oleh perangkat gampong dan tim pelaksana, kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi penyuluhan kesehatan secara langsung menggunakan metode ceramah interaktif dan diskusi. Materi penyuluhan meliputi pengertian hipertensi, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi hipertensi, pola makan sehat rendah garam, aktivitas fisik, pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara rutin, serta kepatuhan dalam menjalani pengobatan. Metode ceramah interaktif dipilih untuk meningkatkan partisipasi aktif peserta selama kegiatan berlangsung.

Peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi mengenai masalah kesehatan yang berkaitan dengan hipertensi dan pola hidup sehat. Selain kegiatan penyuluhan, dilakukan pemeriksaan tekanan darah kepada seluruh peserta sebagai bentuk deteksi dini hipertensi dan pemantauan kondisi kesehatan masyarakat. Pemeriksaan tekanan darah dilakukan menggunakan alat sfigmomanometer digital oleh tim pelaksana dan tenaga kesehatan setempat. Peserta yang hasil pemeriksaannya menunjukkan tekanan darah tinggi diberikan edukasi tambahan dan disarankan untuk melakukan pemeriksaan lanjutan di Puskesmas Meureudu.

Pengumpulan data kegiatan dilakukan melalui observasi langsung, wawancara singkat, dan dokumentasi lapangan selama proses kegiatan berlangsung. Observasi dilakukan untuk melihat tingkat partisipasi, respons, dan antusiasme peserta selama mengikuti penyuluhan kesehatan. Wawancara singkat dilakukan kepada beberapa peserta untuk mengetahui perubahan

pengetahuan dan pemahaman masyarakat terkait pencegahan dan pengendalian hipertensi setelah kegiatan dilaksanakan. Dokumentasi berupa foto kegiatan, catatan lapangan, dan hasil pemeriksaan tekanan darah digunakan sebagai data pendukung dalam penyusunan laporan kegiatan.

Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif naratif dengan cara menguraikan hasil kegiatan berdasarkan temuan di lapangan secara sistematis dan terstruktur. Analisis difokuskan pada perubahan pengetahuan, peningkatan kesadaran masyarakat, serta respons peserta terhadap kegiatan penyuluhan kesehatan yang telah dilaksanakan. Hasil analisis kemudian disajikan dalam bentuk uraian naratif untuk memberikan gambaran menyeluruh mengenai efektivitas kegiatan pengabdian masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pencegahan dan pengendalian hipertensi.

Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan kemampuan masyarakat Desa Rambong, khususnya kelompok lansia, dalam menerapkan pola hidup sehat serta melakukan upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi secara mandiri. Selain itu, kegiatan ini diharapkan mampu mendukung upaya promotif dan preventif dalam menurunkan risiko komplikasi hipertensi dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat secara berkelanjutan.

3. HASIL

Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang pencegahan dan pengendalian hipertensi pada lansia di Desa Rambong Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya berlangsung dengan lancar dan memperoleh respons positif dari masyarakat. Kegiatan ini diikuti oleh 45 peserta yang terdiri atas 30 lansia, 10 ibu rumah tangga, dan 5 kader kesehatan desa dengan rentang usia 40–70 tahun. Tingginya partisipasi peserta menunjukkan bahwa masalah hipertensi masih menjadi perhatian masyarakat, khususnya pada kelompok lanjut usia yang memiliki risiko tinggi terhadap penyakit tidak menular.

Tabel 1. Karakteristik Peserta Kegiatan Penyuluhan.

Karakteristik Peserta	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
40–49 tahun	8	17,8
50–59 tahun	15	33,3
60–70 tahun	22	48,9
Jenis Kelamin		
Laki-laki	12	26,7
Perempuan	33	73,3
Pekerjaan		

Petani	20	44,4
Ibu Rumah Tangga	15	33,3
Pedagang	7	15,6
Kader Kesehatan	3	6,7
Total	45	100

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar peserta berada pada kelompok usia 60–70 tahun sebanyak 22 orang (48,9%). Mayoritas peserta berjenis kelamin perempuan sebanyak 33 orang (73,3%). Berdasarkan jenis pekerjaan, sebagian besar peserta bekerja sebagai petani sebanyak 20 orang (44,4%). Data tersebut menunjukkan bahwa kelompok lansia di Desa Rambong didominasi oleh masyarakat usia lanjut dengan aktivitas fisik dan pola hidup yang beragam sehingga memerlukan edukasi kesehatan terkait pencegahan hipertensi.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan penyampaian materi mengenai hipertensi melalui metode ceramah interaktif dan diskusi. Materi yang diberikan meliputi pengertian hipertensi, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, pola hidup sehat, serta upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi. Selain penyuluhan kesehatan, dilakukan pemeriksaan tekanan darah kepada seluruh peserta sebagai bentuk deteksi dini hipertensi dan pemantauan kondisi kesehatan masyarakat.

Hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian besar peserta masih memiliki pengetahuan yang rendah mengenai hipertensi. Beberapa peserta menganggap hipertensi hanya disebabkan oleh stres dan tidak memerlukan pengobatan apabila tidak menimbulkan keluhan. Selain itu, sebagian peserta belum memahami batas normal tekanan darah dan pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa literasi kesehatan masyarakat terkait hipertensi masih perlu ditingkatkan melalui edukasi kesehatan yang berkelanjutan.

Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi. Hal ini terlihat dari partisipasi aktif peserta dalam sesi diskusi dan tanya jawab terkait pola makan sehat, penggunaan obat anti hipertensi, aktivitas fisik yang sesuai bagi lansia, serta cara menjaga kestabilan tekanan darah. Pendekatan edukasi secara langsung dan komunikatif membantu peserta lebih mudah memahami materi yang disampaikan.

Tabel 2. Hasil *Pre-test* dan *Post-test* Pengetahuan Peserta tentang Hipertensi.

Kategori Pengetahuan	***Pre-test* n (%)**	***Post-test* n (%)**
Baik	10 (22,2%)	34 (75,6%)
Cukup	15 (33,3%)	8 (17,8%)
Kurang	20 (44,5%)	3 (6,6%)
Total	45 (100%)	45 (100%)

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan. Sebelum kegiatan dilaksanakan, sebagian besar peserta memiliki tingkat pengetahuan kurang mengenai hipertensi, yaitu sebanyak 20 orang (44,5%). Setelah kegiatan penyuluhan dilakukan, jumlah peserta dengan kategori pengetahuan baik meningkat menjadi 34 orang (75,6%).

Peningkatan pengetahuan tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan yang diberikan melalui metode ceramah interaktif dan diskusi efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai faktor risiko, pencegahan, dan pengendalian hipertensi. Hasil ini sejalan dengan penelitian Yuliana et al. (2022) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi dan mendorong perubahan perilaku hidup sehat pada kelompok lanjut usia.

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan, terjadi peningkatan pemahaman peserta mengenai faktor risiko dan upaya pencegahan hipertensi. Peserta mulai memahami bahwa konsumsi garam berlebihan, kurang aktivitas fisik, merokok, konsumsi makanan tinggi lemak, dan stres dapat meningkatkan risiko hipertensi. Selain itu, peserta juga mulai memahami pentingnya menerapkan pola hidup sehat melalui pengaturan pola makan, olahraga rutin, pengelolaan stres, serta pemeriksaan tekanan darah secara berkala.

Peningkatan pengetahuan peserta menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan berbasis masyarakat efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pengendalian hipertensi. Menurut Notoatmodjo (2018), pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya promotif yang mampu memengaruhi perubahan perilaku individu melalui peningkatan pengetahuan dan kesadaran kesehatan. Edukasi kesehatan yang dilakukan secara langsung dapat membantu masyarakat memahami pentingnya perilaku hidup sehat dalam mencegah komplikasi penyakit tidak menular.

4. DISKUSI

Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga memberikan pemahaman kepada masyarakat mengenai pentingnya kepatuhan dalam menjalani pengobatan hipertensi. Sebelum kegiatan berlangsung, beberapa peserta mengaku hanya mengonsumsi obat ketika mengalami gejala seperti sakit kepala atau lemas. Setelah diberikan edukasi, peserta mulai memahami bahwa hipertensi merupakan penyakit kronis yang memerlukan pengendalian jangka panjang dan pengobatan rutin sesuai anjuran tenaga kesehatan.

Pemeriksaan tekanan darah yang dilakukan selama kegiatan juga memberikan manfaat dalam mendeteksi kondisi kesehatan peserta secara dini. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa beberapa peserta memiliki tekanan darah di atas normal dan belum pernah melakukan pemeriksaan sebelumnya. Peserta dengan tekanan darah tinggi diberikan edukasi tambahan dan dianjurkan melakukan pemeriksaan lanjutan di Puskesmas Meureudu. Upaya deteksi dini sangat penting untuk mencegah komplikasi hipertensi seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan gangguan ginjal.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian Arifin & Sari, (2020) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan dan perilaku pencegahan hipertensi pada kelompok lanjut usia. Penyuluhan kesehatan yang dilakukan secara langsung dan interaktif dinilai lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat karena peserta dapat berdiskusi dan menyampaikan permasalahan kesehatan yang dialami secara langsung kepada tenaga kesehatan.

Kegiatan ini juga menunjukkan pentingnya keterlibatan kader kesehatan dan perangkat desa dalam mendukung program kesehatan masyarakat. Dukungan kader kesehatan membantu meningkatkan partisipasi masyarakat selama kegiatan berlangsung serta mempermudah penyampaian informasi kesehatan kepada masyarakat. Selain itu, kader kesehatan dapat berperan dalam melakukan pemantauan kesehatan lansia secara berkelanjutan di lingkungan masyarakat.

Peningkatan pengetahuan peserta setelah kegiatan penyuluhan menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan berbasis masyarakat memiliki peranan penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pencegahan hipertensi. Menurut Notoatmodjo (2018), pendidikan kesehatan merupakan proses pembelajaran yang bertujuan membentuk perilaku sehat melalui peningkatan pengetahuan dan kesadaran individu. Pendekatan edukatif yang dilakukan secara langsung mampu meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap faktor risiko dan upaya pengendalian hipertensi.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian Yuliana et al. (2022) yang menyatakan bahwa penyuluhan kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan lansia tentang hipertensi dan perilaku hidup sehat. Penelitian lain yang dilakukan oleh Sari & Hidayat, (2021) juga menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis komunitas mampu meningkatkan kepatuhan masyarakat dalam melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin dan mengendalikan faktor risiko hipertensi.

Selain itu, Putra & Dewi, (2023) menjelaskan bahwa promosi kesehatan melalui pendekatan partisipatif dapat meningkatkan keterlibatan masyarakat dalam upaya pencegahan penyakit tidak menular. Kegiatan penyuluhan yang melibatkan masyarakat secara aktif dinilai lebih efektif karena peserta tidak hanya menerima informasi, tetapi juga dapat berdiskusi secara

langsung mengenai permasalahan kesehatan yang dialami.

Pemeriksaan tekanan darah yang dilakukan selama kegiatan juga memberikan manfaat dalam mendeteksi hipertensi secara dini pada masyarakat. World Health Organization (2023) menyebutkan bahwa deteksi dini dan pengendalian hipertensi secara rutin sangat penting untuk menurunkan risiko komplikasi penyakit kardiovaskular seperti stroke, gagal ginjal, dan penyakit jantung koroner. Oleh karena itu, kegiatan promotif dan preventif berbasis masyarakat perlu dilakukan secara berkesinambungan untuk meningkatkan kualitas hidup kelompok lanjut usia.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan manfaat yang nyata dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pencegahan dan pengendalian hipertensi. Masyarakat berharap kegiatan serupa dapat dilakukan secara rutin agar edukasi kesehatan dapat menjangkau lebih banyak masyarakat, khususnya kelompok lansia yang memerlukan pendampingan dan pemantauan kesehatan secara berkala. Kegiatan promotif dan preventif seperti penyuluhan kesehatan perlu terus dilakukan sebagai upaya pengendalian penyakit tidak menular dan peningkatan derajat kesehatan masyarakat.



Gambar 1. Penyuluhan Tentang Hipertensi.



Gambar 2. Foto Warga Desa Rambong yang Antusias mendengarkan Penyuluhan.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui penyuluhan kesehatan tentang pencegahan dan pengendalian hipertensi pada lansia di Desa Rambong Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya telah terlaksana dengan baik dan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan serta kesadaran masyarakat mengenai hipertensi. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan peserta setelah kegiatan penyuluhan dilaksanakan, ditandai dengan meningkatnya jumlah peserta yang memiliki kategori pengetahuan baik dari 22,2% pada saat *pre-test* menjadi 75,6% pada saat *post-test*.

Kegiatan penyuluhan yang disertai pemeriksaan tekanan darah mampu meningkatkan pemahaman masyarakat, khususnya kelompok lansia, mengenai faktor risiko hipertensi, pentingnya penerapan pola hidup sehat, kepatuhan dalam menjalani pengobatan, serta pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin. Selain itu, kegiatan ini juga mendorong masyarakat untuk lebih aktif melakukan deteksi dini dan pengendalian faktor risiko hipertensi guna mencegah terjadinya komplikasi penyakit kardiovaskular seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan gangguan ginjal.

Penyuluhan kesehatan berbasis masyarakat terbukti efektif sebagai upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pengendalian penyakit tidak menular. Oleh karena itu, kegiatan edukasi kesehatan perlu dilakukan secara berkesinambungan dengan melibatkan tenaga kesehatan, kader kesehatan, dan pemerintah desa agar masyarakat mampu menerapkan perilaku hidup sehat secara mandiri dan berkelanjutan. Penerapan pola makan seimbang, pembatasan konsumsi garam, aktivitas fisik teratur, penghentian kebiasaan merokok, serta pemeriksaan tekanan darah secara berkala diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup lansia dan menurunkan risiko hipertensi di masyarakat.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Tim pelaksana menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang penyuluhan kesehatan pencegahan dan pengendalian hipertensi pada lansia di Desa Rambong, Kecamatan Meureudu, Kabupaten Pidie Jaya dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih disampaikan kepada Pemerintah Desa Rambong beserta seluruh perangkat desa atas izin, dukungan, dan fasilitasi selama pelaksanaan kegiatan. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pimpinan dan tenaga kesehatan Puskesmas Meureudu yang telah berpartisipasi dalam pemeriksaan tekanan darah, memberikan dukungan teknis, serta membantu kelancaran

pelaksanaan penyuluhan kesehatan. Penghargaan yang sebesar-besarnya diberikan kepada para kader kesehatan desa yang telah berperan aktif dalam koordinasi, mobilisasi peserta, serta pendampingan selama kegiatan berlangsung. Terima kasih yang tulus juga disampaikan kepada seluruh peserta, khususnya para lansia, yang telah berpartisipasi secara aktif, mengikuti seluruh rangkaian kegiatan, serta menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam menerima edukasi kesehatan. Partisipasi dan kerja sama seluruh peserta menjadi faktor penting dalam keberhasilan program ini. Akhirnya, tim pelaksana menyampaikan apresiasi kepada institusi asal tim pengabdian serta seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu atas segala bentuk dukungan, kerja sama, dan kontribusi yang telah diberikan. Semoga sinergi yang telah terjalin dapat terus berlanjut dalam mendukung pelaksanaan program pemberdayaan masyarakat dan peningkatan derajat kesehatan masyarakat secara berkelanjutan

DAFTAR REFERENSI

Arifin, M., & Sari, R. (2020). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Deepublish.

Badan Pusat Statistik Kabupaten Pidie Jaya. (2024). *Kabupaten Pidie Jaya dalam angka 2024*.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Laporan nasional Riskesdas 2018*.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular*.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2021*.

Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.

Puskesmas Meureudu. (2025). *Data hipertensi wilayah kerja Puskesmas Meureudu tahun 2025*. Dinas Kesehatan Kabupaten Pidie Jaya.

Putra, A. R., & Dewi, M. (2023). Peran promosi kesehatan dalam pencegahan hipertensi pada masyarakat usia lanjut. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat, 5*(1), 45–53.

Sari, N., & Hidayat, T. (2021). Edukasi kesehatan dalam upaya pengendalian hipertensi pada kelompok lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 16*(3), 210–218.

World Health Organization. (2021). *Hypertension*.

World Health Organization. (2023). *Hypertension fact sheet*.

Yuliana, D., Rahmawati, S., & Fitriani, N. (2022). Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan lansia tentang hipertensi. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia, 17*(2), 115–122.