

DOI : <https://doi.org/10.37776/pend.v3i3.2186>

PENYULUHAN HIPERTENSI DI KAMPUNG TUA TELUK MATA IKAN NONGSA

Ibrahim¹, Meirina Daulay², Miralza diza³, Arief El habibie⁴, Yusmahenry Galindra⁵

¹Fakultas Kedokteran, Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Batam, ibrahim@univbatam.ac.id

²Fakultas Kedokteran, Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Batam, meirinadaulay@univbatam.ac.id

³Fakultas Kedokteran, Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Batam, Miralzadiza@univbatam.ac.id

⁴Fakultas Kedokteran, Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Batam, ariefelhabibie@univbatam.ac.id

⁵Fakultas Kedokteran, Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Batam, yusmahenry@univbatam.ac.id

Keywords :

Hypertension,
Education,
Coastal
Communities,
Community
Service

Kata Kunci :

Hipertensi,
Penyuluha,Pe
sisir,
Pengabdian
Masyarakat

Abstract, Hypertension is a global health problem that continues to rise and is known as a silent killer since it often occurs without symptoms but may lead to severe complications. WHO data in 2021 reported 1.28 billion people worldwide living with hypertension, while the 2018 Indonesian Basic Health Research (Riskesdas) indicated a prevalence of 34.1%. A community service activity on hypertension education was conducted on June 15, 2025, in Pengudang Village, Teluk Sebong District, involving 30 participants. The methods included pre-test, material delivery using leaflets, interactive discussions, post-test, and monitoring. A paired t-test analysis showed $t = 28.46$ with $p = 0.001$ ($p < 0.05$), indicating a significant improvement in participants' knowledge. This participatory approach effectively enhanced community understanding of risk factors, symptoms, and prevention of hypertension, despite limited duration and facilities.

Abstrak, Hipertensi merupakan masalah kesehatan global yang terus meningkat dan dikenal sebagai silent killer karena sering tanpa gejala namun berisiko menimbulkan komplikasi serius. Data WHO 2021 mencatat 1,28 miliar penderita hipertensi di dunia, sementara Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi di Indonesia mencapai 34,1%. Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan hipertensi dilaksanakan pada 15 Juni 2025 di Desa Pengudang, Teluk Sebong, diikuti 30 responden. Metode meliputi pre-test, penyampaian materi menggunakan leaflet, diskusi, post-test, serta monitoring. Hasil uji paired t-test menunjukkan $t = 28,46$ dengan $p = 0,001$ ($p < 0,05$), menandakan peningkatan signifikan pengetahuan peserta. Penyuluhan partisipatif ini efektif meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai faktor risiko, gejala, dan pencegahan hipertensi, meski masih terbatas durasi dan sarana.

1. PENDAHULUAN

Secara global, hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan dengan angka kejadian yang terus meningkat. Data World Health Organization (WHO) tahun 2021 menunjukkan bahwa lebih dari 1,28 miliar orang dewasa di dunia menderita hipertensi, dan hampir dua pertiga di antaranya tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Di Indonesia, menurut Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun mencapai **34,1%**, dengan proporsi tertinggi pada kelompok usia lanjut. Angka ini menunjukkan bahwa hipertensi menjadi salah satu faktor risiko utama penyakit tidak menular di tanah air.

Hipertensi dikenal sebagai silent killer karena sering tidak menimbulkan gejala namun berisiko menyebabkan komplikasi berat seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal, hingga kematian mendadak. Pola hidup modern yang ditandai dengan konsumsi makanan tinggi garam dan lemak, obesitas, merokok, stres, serta kurang aktivitas fisik menjadi faktor utama penyebab tingginya prevalensi hipertensi.

Meningkatnya kasus hipertensi menuntut adanya upaya serius melalui deteksi dini, edukasi, serta penerapan pola hidup sehat di masyarakat. Oleh karena itu, pembahasan mengenai hipertensi sangat penting guna meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pencegahan dan pengendalian penyakit ini.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui edukasi secara langsung dengan mengumpulkan responden. Kegiatan dilakukan dengan tahapan sebagai berikut;

1. Kegiatan Pre-test, dilakukan ujian untuk mengetahui gambaran pengetahuan mengenai upaya pencegahan resiko terjadinya kecelakaan kerja di laut. Kegiatan ini dilakukan menggunakan kuisisioner sehingga memudahkan responden untuk mengisi beberapa pertanyaan pre-test. Kuisisioner yang sudah dirancang sebelumnya, kemudian dibagikan oleh tim pegabdi ke responden.
2. Penyampaian materi tentang mengenai upaya pencegahan resiko terjadinya kecelakaan kerja di laut dilakukan oleh Anggota Pengabdian sebagai pemateri dengan membagikan alat promosi kesehatan berupa leaflet. Leaflet yang dibagikan berjudul "Kerja di Laut, Tetap Selamat!". Setelah materi disampaikan oleh pemateri, selanjutnya responden diberi kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang telah disampaikan (tanya jawab).
3. Kegiatan Post-test, diuji seberapa besar peningkatan pengetahuan dan sikap responden terhadap materi yang telah disampaikan. Kegiatan ini dilakukan dengan membagikan post-test yang telah dibuat menggunakan kuisisioner.
4. Kegiatan monitoring dan evaluasi dilakukan setelah kegiatan penyuluhan dilaksanakan. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui perubahan perilaku responden dalam upaya pencegahan terjadinya kecelakaan kerja di laut. Kegiatan ini dilakukan oleh kader Posyandu Batu Besar.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini pada 15 Juni 2025 dan dilaksanakan di Desa Pengudang Kecamatan Teluk Sebong. Tujuan kegiatan ini sosialisasi dan edukasi hipertensi pada warga penduduk Kampung Tua Teluk Mata Ikan Nongsa. Kegiatan ini dihadiri oleh 30 responden. Kegiatan pemberian materi dan diskusi selama 30 menit.

Secara statistik, uji paired t-test menghasilkan nilai $t = 28,46$ dengan $p\text{-value} = 0,001$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pre-test dan post-test. Hal ini mengindikasikan bahwa penyuluhan yang dilakukan tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga berdampak pada perubahan sikap dan perilaku peserta terhadap pengetahuan tentang hipertensi. Peningkatan pemahaman mengenai definisi dasar dan gejala-gejala dari penyakit hipertensi.

Secara umum, keberhasilan kegiatan ini tidak lepas dari metode partisipatif yang digunakan, di mana peserta tidak hanya menerima informasi secara satu arah tetapi juga terlibat dalam diskusi, demonstrasi, dan evaluasi. Hal ini sejalan dengan prinsip pemberdayaan masyarakat dalam konteks pengabdian, yang menekankan pada keterlibatan aktif sebagai kunci perubahan perilaku.

Namun demikian, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu dicermati. Pertama, durasi kegiatan yang singkat tidak memungkinkan dilakukannya evaluasi jangka panjang. Kedua, ketersediaan APD yang memadai masih menjadi tantangan tersendiri di lapangan. Oleh karena itu, ke depan disarankan agar kegiatan serupa dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan pemangku kepentingan lokal, seperti dinas perikanan dan kesehatan, serta menyediakan pemeriksaan kesehatan berkala setiap bulan sebagai insentif perubahan perilaku.

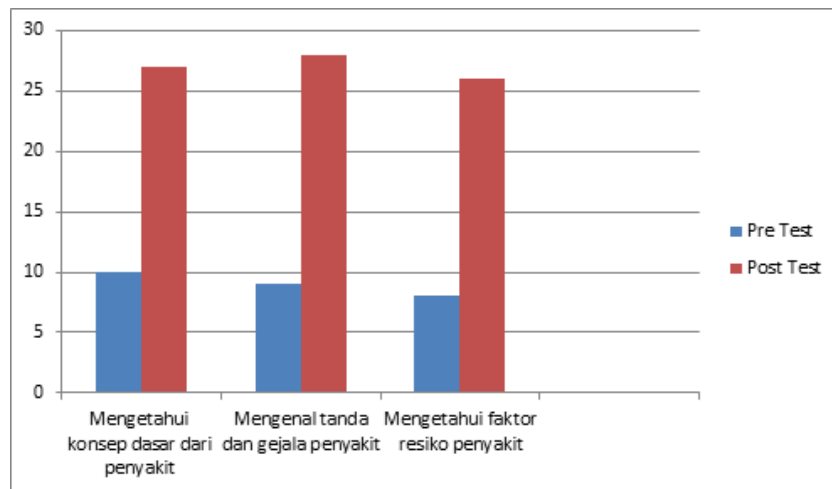
Dengan demikian, penyuluhan hipertensi yang dilakukan dalam kegiatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran nelayan terhadap pentingnya mencegah penyakit dengan menghindari faktor-faktor yang menjadi pemicu hipertensi, serta menjadi langkah awal menuju perubahan perilaku yang lebih aman dan sehat dalam kebiasaan hidup sehari-hari.

3.1 Tabel

Tabel 1. Hasil Pre-Test dan Post-Test Penyuluhan

Indikator	Pre-Test (%)	Post-Test (%)	p-value
Mengetahui konsep dasar dari penyakit	31	90	0.001
Mengenal tanda dan gejala penyakit	30	91	0.001
Mengetahui faktor resiko penyakit	28	89	0.001

3.2 Grafik



Grafik 1. Hasil Pre-Test dan Post-Test Penyuluhan Hipertensi

3.3 Gambar dan Foto



Gambar 1. Leaflet Edukasi

4. KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan hipertensi pada warga setempat berhasil meningkatkan pengetahuan, sikap, dan potensi perilaku dalam mencegah dan mengetahui gejala hipertensi. Model penyuluhan partisipatif terbukti efektif dalam menjangkau komunitas informal seperti warga sekitar kampung.

Disarankan agar kegiatan serupa dilakukan secara berkala dan melibatkan dinas kesehatan, perikanan, serta akademisi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada petugas puskesmas pembantu di desa pengudang, ibu kepala desa pengudang dan pihak kader-kader yang telah memberikan kesempatan dan merealisasikan kegiatan.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan bahwa mereka tidak memiliki konflik kepentingan dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. (2019) Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018) Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia tentang Penguatan Penanggulangan Hipertensi. Jakarta: Kemenkes RI.
- Katadata. (2023) 'Prevalensi hipertensi Indonesia turun jadi 30,8% pada 2023 (SKI 2023)', Katadata Databoks. Available at: <https://databoks.katadata.co.id> (Accessed: 20 August 2025).
- Riset Kesehatan Dasar. (2019) 'Ringkasan diabetes melitus terdiagnosis dan berdasarkan pemeriksaan glukosa darah', Jurnal UNNES Kesehatan Masyarakat, 14(2), pp. 123–130.
- International Diabetes Federation. (2024) IDF Diabetes Atlas. 10th edn. Brussels: International Diabetes Federation.
- Pemerintah Provinsi Kepulauan Riau. (2023) Profil Kesehatan Provinsi Kepulauan Riau 2023. Tanjungpinang: Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Riau. Available at: <https://ppid.kepriprov.go.id> (Accessed: 20 August 2025).
- Pemerintah Kota Batam. (2024) Statistik kunjungan puskesmas: essential hypertension 2023–2024. Batam: Satu Data Batam. Available at: <https://satudata.batam.go.id> (Accessed: 20 August 2025).
- Dinas Kesehatan Kota Batam. (2022) Profil kesehatan Kota Batam 2019–2021. Batam: Dinas Kesehatan Kota Batam.