P-ISSN 3026-2097
E- ISSN 3026-1546

Jurnal Pendekar nusantara

Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Vol 4, No 1 Oktober 2026, Hal 13 - 16

DOI : https://doi.org/10.37776/pend.v4i1.2465

"PENYULUHAN HIPERTENSI DI KAMPUNG TUA TELUK MATA IKAN NONGSA"

Ibrahim[1], Aznan lelo[2], Bratasena[3], Dewi Fitriana[4],Mukharradi Nanza[5]

[1]Fakultas Kedokteran, Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Batam, ibrahim@univbatam.ac.id
[2]Fakultas Kedokteran, Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Batam, aznanlelo@univbatam.ac.id
[3]Fakultas Kedokteran, Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Batam, bratasena@univbatam.ac.id
[4]Fakultas Kedokteran, Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Batam, dewifitriana@univbatam.ac.id
[5]Fakultas Kedokteran, Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Batam, mukharradinanza@univbatam.ac.id

Keywords :
Hypertension, Education, Coastal Communities, Community Service

Abstract, Hypertension is a major public health problem known as a silent killer because it often presents without symptoms yet carries a high risk of serious complications. According to WHO, the prevalence of hypertension continues to rise due to unhealthy diets high in salt and fat, physical inactivity, and increasing obesity rates. In Indonesia, hypertension is a leading cause of cardiovascular diseases such as heart disease, stroke, and kidney failure, with public awareness of regular blood pressure checks and treatment adherence remaining low. A community service activity was conducted on June 15, 2025, in Pengudang Village, Teluk Sebong District, involving 30 participants. The method included a pre-test, health education using leaflets, interactive discussions, post-test, and evaluation. Statistical analysis with a paired t-test showed a significant improvement in participants' knowledge (t = 29.36; p = 0.001). This health education program proved effective in increasing community understanding of hypertension and emphasized the importance of a healthy lifestyle and early detection to prevent complications.

Kata Kunci :
Hipertensi, Penyuluhan,Pesisir, Pengabdian Masyarakat

Abstrak, Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama yang dikenal sebagai silent killer karena sering tidak bergejala namun berisiko menimbulkan komplikasi serius. WHO melaporkan prevalensi hipertensi terus meningkat akibat pola makan tinggi garam dan lemak, kurang aktivitas fisik, serta meningkatnya obesitas. Di Indonesia, hipertensi menjadi penyebab utama penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal dengan tingkat kesadaran masyarakat terhadap pemeriksaan dan pengobatan masih rendah. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada 15 Juni 2025 di Desa Pengudang, Kecamatan Teluk Sebong dengan melibatkan 30 responden. Metode meliputi pre-test, penyampaian materi melalui leaflet, diskusi interaktif, post-test, serta evaluasi. Hasil analisis paired t- test menunjukkan peningkatan signifikan pengetahuan peserta (t = 29,36; p = 0,001). Penyuluhan ini efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai hipertensi serta pentingnya penerapan gaya hidup sehat dan deteksi dini untuk mencegah komplikasi.

1. PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu masalah kesehatan utama di dunia dan dikenal sebagai silent killer karena sering kali tidak menimbulkan gejala yang jelas, tetapi dapat memicu komplikasi serius. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), angka kejadian hipertensi terus mengalami peningkatan yang dipengaruhi oleh pola hidup modern, seperti konsumsi makanan tinggi garam dan lemak, kurangnya aktivitas fisik, serta meningkatnya kasus obesitas.

Di Indonesia, hipertensi menjadi faktor penyebab utama penyakit tidak menular seperti jantung, stroke, dan gagal ginjal, yang memberikan kontribusi besar terhadap tingginya angka kesakitan dan kematian. Kondisi ini semakin diperburuk oleh rendahnya kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara berkala dan kurangnya kepatuhan terhadap pengobatan.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif dan preventif melalui edukasi, penerapan gaya hidup sehat, serta deteksi dini guna menurunkan prevalensi hipertensi. Pentingnya pemahaman masyarakat mengenai faktor risiko, tanda-tanda, serta dampak hipertensi harus terus ditingkatkan agar pencegahan dapat dilakukan sejak dini.

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 kuisioner sehingga memudahkan responden untuk mengisi beberapa pertanyaan pre-test. Kuisioner 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. Leafleat 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 kuisioner.
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 Kecematan 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 $t = 29{,}36$ dengan p-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 dan.
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 dan, serta menjadi langkah awal menuju

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

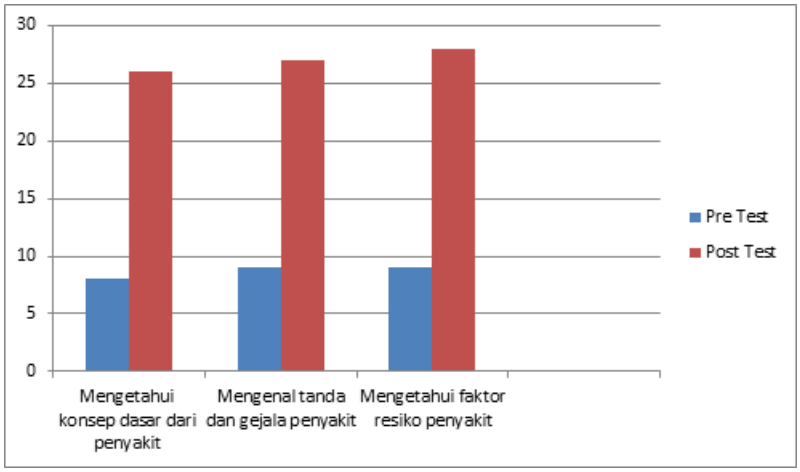
perubahan perilaku yang lebih aman dan sehat dalam kebiasaan hidup sehari-hari.

3.1 Tabel

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

Indikator	Pre-Test (%)	Post-Test (%)	p-value
Mengetahui konsep dasar dari penyakit	29	89	0.001
Mengenal tanda dan gejala penyakit	30	90	0.001
Mengetahui faktor resiko penyakit	30	91	0.001

3.2 Grafik



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

3.3 Gambar dan Foto



Gambar 1. Leaflet Edukasi

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

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 kepada 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.

This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.