

Sosialisasi Kesehatan Tentang Penyakit Hipertensi Akut dan Kronik pada lansia di Kelurahan Padang Sappa

Nirwan^{1)*}, Rafika Sari²⁾, Nuraeni Semmagga³⁾, Suyati⁴⁾, Chrecencya Nirmalarumsari⁵⁾

^{1,3,4,5}Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES Bhakti Pertiwi Luwu Raya, Palopo, Indonesia.

²Program Studi Gizi, STIKES Bhakti Pertiwi Luwu Raya, Palopo, Indonesia.

Diterima: 07 06 2026

Direvisi: 08 07 2026

Disetujui: 08 07 2026

Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi penyebab utama morbiditas dan mortalitas di dunia. Lansia merupakan kelompok yang berisiko tinggi mengalami hipertensi akibat proses penuaan. Rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi serta penyakit akut dan kronik di Kelurahan Padang Sappa menjadi dasar pelaksanaan edukasi kesehatan. Tujuan Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman lansia serta masyarakat mengenai hipertensi, penyakit akut, penyakit kronik, serta upaya pencegahan dan pengelolaannya. STIKES Bhakti Pertiwi Luwu Raya. Metode Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Kantor Kelurahan Padang Sappa pada 24 Januari 2026. Metode yang digunakan adalah health education melalui ceramah menggunakan media poster, demonstrasi, diskusi interaktif, serta pendampingan. Evaluasi dilakukan melalui observasi terhadap partisipasi dan pemahaman peserta selama kegiatan. Hasil Penyuluhan berlangsung lancar dengan partisipasi aktif peserta. Setelah mengikuti edukasi, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai pengertian hipertensi, faktor risiko, komplikasi, pencegahan, serta perbedaan penyakit akut dan kronik. Peserta juga memahami pentingnya menerapkan pola hidup sehat, melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin, dan mematuhi pengobatan. Kesimpulan Edukasi kesehatan efektif meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia serta masyarakat mengenai hipertensi dan penyakit akut maupun kronik. Kegiatan serupa perlu dilaksanakan secara berkelanjutan sebagai upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan derajat kesehatan Masyarakat.

Kata kunci: hipertensi, penyakit akut, penyakit kronik, edukasi Kesehatan, lansia

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi masalah kesehatan utama di dunia. Penyakit ini dikenal sebagai silent killer karena sering tidak menimbulkan gejala yang jelas, namun dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal apabila tidak ditangani dengan baik (Shaumi & Achmad, 2019).

Menurut American Heart Association, hipertensi dikenal secara luas sebagai penyakit kardiovaskular, dikarenakan merupakan salah satu resiko utama penyebab gangguan jantung, dan diperkirakan telah menyebabkan 4,5% dari beban penyakit secara global, dan prevalensinya hampir sama besar di negara berkembang maupun di negara maju (Huda, 2020).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada lansia di Kelurahan Patrang pada tanggal 13 Januari 2022 dengan cara wawancara kepada 10 lansia hipertensi untuk mengetahui gaya hidup lansia hipertensi didapatkan bahwa sebanyak 60% gaya hidup lansia sering mengkonsumsi garam berlebihan, jarang melakukan aktifitas fisik dan tidak dapat mengelola stress dengan baik.

* Korespondensi Penulis. E-mail: nirwanpandawa5@gmail.com

JBIMA: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat, Vol 3, No.3, November 2026: 218-224

Sosialisasi Kesehatan Tentang Penyakit Hipertensi Akut dan Kronik pada lansia di Kelurahan Padang Sappa

Hasil riset pada Jawa Timur angka hipertensi sebesar 36,6 %, sesuai dengan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Jember pasien hipertensi yang berkunjung ke Puskesmas Wilayah Jember tahun 2021 mulai dari bulan Januari – Agustus di dapatkan kasus hipertensi sebanyak 146.098. Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Patrang tahun 2021 yang menyatakan bahwa hipertensi di Kelurahan Patrang menempati urutan ke tiga tertinggi di Kabupaten Jember dengan jumlah kasus 8716 kasus. Penduduk di Kelurahan Patrang juga

Berdasarkan hasil pengamatan awal di Kelurahan Padang Sappa, masih ditemukan keterbatasan pengetahuan lansia dan masyarakat mengenai hipertensi serta penyakit akut dan kronik. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi kesehatan sebagai langkah promotif dan preventif untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat. Edukasi kesehatan diharapkan mampu mendorong perubahan perilaku menuju pola hidup sehat serta meningkatkan kepatuhan dalam pengelolaan penyakit, khususnya pada kelompok lansia.

Adapun pencegahan yang dapat dilakukan pada penyakit hipertensi untuk lansia, antara lain:

- a) Dianjurkan untuk mengonsumsi banyak sayur dan buah karena sayur dan buah mengandung kalium, serat, vitamin, dan antioksidan yang membantu menurunkan tekanan darah, serta mencegah komplikasi hipertensi.
- b) Mengonsumsi garam, lemak, dan gula secukupnya.
- c) Terlibat dalam aktivitas fisik, termasuk aerobik ringan, senam lansia, latihan fleksibilitas dan keseimbangan.
- d) Menghentikan kebiasaan merokok dan minum alkohol dianjurkan untuk rutin memeriksa kesehatan di pelayanan kesehatan.

METODE

Pada bagian ini menjelaskan bagaimana pengabdian kepada masyarakat itu dilakukan. Minimal memuat: (a) sasaran kegiatan (keterlibatan dan peran tim pengabdian, jumlah masyarakat yang terlibat, lokasi dan lama kegiatan) (b) tahapan pelaksanaan, (c) proses pelaksanaan dan (d) teknik analisis (uraian indikator keberhasilan program)

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk edukasi kesehatan mengenai hipertensi serta penyakit akut dan kronik bagi lansia dan masyarakat di Kelurahan Padang Sappa. Kegiatan dilaksanakan pada Sabtu, 24 Januari 2026, bertempat di Kantor Kelurahan Padang Sappa, mulai pukul 09.00 WITA hingga selesai, dengan durasi kegiatan sekitar 3 jam.

Peserta kegiatan berjumlah 35 orang, yang terdiri atas lansia berusia ≥ 60 tahun serta masyarakat umum yang berdomisili di Kelurahan Padang Sappa. Karakteristik peserta meliputi laki-laki dan perempuan yang mengikuti kegiatan secara sukarela.

Metode pelaksanaan kegiatan terdiri atas beberapa tahapan sebagai berikut:

- a) Tahap Persiapan

Melakukan koordinasi dengan pihak Kelurahan Padang Sappa dan Puskesmas setempat, Melakukan identifikasi permasalahan kesehatan masyarakat melalui observasi dan wawancara singkat, Menyusun materi edukasi, menyiapkan media penyuluhan, serta menentukan jadwal pelaksanaan.

- b) Tahap Pelaksanaan

Ceramah interaktif, yaitu penyampaian materi mengenai pengertian hipertensi, faktor risiko, gejala, komplikasi, pencegahan, serta perbedaan penyakit akut dan kronik, diskusi dan tanya jawab, untuk memberikan kesempatan kepada peserta menyampaikan pengalaman dan memperoleh penjelasan terkait masalah kesehatan yang dihadapi, demonstrasi, berupa contoh penerapan pola hidup sehat, seperti pembatasan konsumsi garam, pentingnya aktivitas fisik, pengelolaan stres, dan kepatuhan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin.

c) Media Edukasi

Media yang digunakan dalam kegiatan meliputi poster edukasi, leaflet, serta presentasi menggunakan LCD/proyektor untuk mempermudah peserta memahami materi yang disampaikan.

d) Monitoring dan Evaluasi

Evaluasi dilakukan menggunakan metode pre-test dan post-test berupa kuesioner sederhana yang diberikan sebelum dan sesudah penyuluhan untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta mengenai hipertensi serta penyakit akut dan kronik. Selain itu, evaluasi juga dilakukan melalui sesi tanya jawab dan observasi terhadap partisipasi aktif peserta selama kegiatan berlangsung.

e) Partisipasi Kelompok Sasaran

Kelompok sasaran berperan aktif selama kegiatan mulai dari proses persiapan hingga pelaksanaan. Peserta mengikuti seluruh rangkaian edukasi, berpartisipasi dalam diskusi, menjawab pertanyaan evaluasi, serta berkomitmen menerapkan perilaku hidup sehat sebagai upaya pencegahan hipertensi dan penyakit kronik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi kesehatan mengenai hipertensi serta penyakit akut dan kronik yang dilaksanakan di Kelurahan Padang Sappa menunjukkan hasil yang positif. Hal ini terlihat dari meningkatnya pemahaman peserta setelah mengikuti penyuluhan. Sebelum kegiatan berlangsung, sebagian besar peserta belum mampu menjelaskan secara tepat mengenai pengertian hipertensi, faktor risiko, komplikasi, maupun upaya pencegahannya. Setelah diberikan edukasi melalui metode ceramah, poster, demonstrasi, dan sesi tanya jawab, peserta mampu menjelaskan kembali materi yang telah diberikan, termasuk pentingnya menerapkan pola hidup sehat dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

Peningkatan pengetahuan tersebut terjadi karena proses edukasi kesehatan merupakan salah satu bentuk promosi kesehatan yang bertujuan memberikan informasi, membangun pemahaman, serta mendorong perubahan perilaku individu. Penyampaian materi dengan bahasa yang sederhana, penggunaan media visual berupa poster, serta adanya interaksi langsung melalui diskusi membuat peserta lebih mudah memahami dan mengingat informasi yang diberikan. Selain itu, metode demonstrasi membantu peserta memperoleh gambaran nyata mengenai langkah-langkah pencegahan dan pengendalian hipertensi dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil ini juga didukung oleh penelitian Huda (2020) yang menjelaskan bahwa hipertensi merupakan salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular sehingga diperlukan upaya promotif dan preventif melalui pendidikan kesehatan. Edukasi yang dilakukan secara berkesinambungan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mengurangi konsumsi garam, memperbanyak konsumsi buah dan sayur, meningkatkan aktivitas fisik, menghindari kebiasaan merokok, serta rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah di fasilitas pelayanan kesehatan.

Selain itu, hasil pengabdian ini juga sesuai dengan teori promosi kesehatan yang dikemukakan oleh Notoatmodjo (2018) bahwa pengetahuan merupakan domain awal yang memengaruhi terbentuknya sikap dan perilaku seseorang. Semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang mengenai suatu penyakit, semakin besar kemungkinan individu tersebut menerapkan perilaku pencegahan dan pengendalian penyakit secara mandiri. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan yang diperoleh peserta melalui kegiatan edukasi diharapkan dapat berlanjut menjadi perubahan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Keberhasilan kegiatan ini juga dipengaruhi oleh tingginya partisipasi peserta selama proses penyuluhan. Peserta tidak hanya mendengarkan materi, tetapi juga aktif berdiskusi dan mengajukan pertanyaan mengenai penggunaan obat antihipertensi, pola makan, aktivitas fisik, serta perbedaan penyakit akut dan kronik. Interaksi dua arah tersebut memungkinkan peserta

Sosialisasi Kesehatan Tentang Penyakit Hipertensi Akut dan Kronik pada lansia di Kelurahan Padang Sappa memperoleh penjelasan yang lebih sesuai dengan kebutuhan mereka sehingga pemahaman menjadi lebih optimal.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan lansia dan masyarakat mengenai hipertensi serta penyakit akut dan kronik. Peningkatan pengetahuan tersebut diharapkan menjadi langkah awal dalam membentuk perilaku hidup sehat, meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan, melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin, serta menurunkan risiko komplikasi hipertensi pada masyarakat di Kelurahan Padang Sappa.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Realisasi pemecahan masalah dilakukan melalui kegiatan edukasi kesehatan mengenai hipertensi, penyakit akut, dan penyakit kronik kepada kelompok lansia dan masyarakat di Kelurahan Padang Sappa. Edukasi dilaksanakan menggunakan metode ceramah dengan media poster, diskusi interaktif, dan demonstrasi penerapan pola hidup sehat. Materi yang diberikan meliputi pengertian hipertensi, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, upaya pencegahan, pentingnya kepatuhan minum obat, serta perbedaan penyakit akut dan kronik. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat sehingga mampu menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan edukasi diikuti oleh lansia dan masyarakat umum yang menunjukkan antusiasme tinggi selama penyuluhan. Peserta aktif mengajukan pertanyaan mengenai penyebab hipertensi, penggunaan obat antihipertensi, pola makan yang dianjurkan, serta cara membedakan penyakit akut dan kronik. Untuk mengetahui efektivitas kegiatan, dilakukan evaluasi menggunakan pre-test dan post-test.

Tabel 1. Hasil Evaluasi Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Edukasi

Variabel	Pre-test	Post-test	Peningkatan
Nilai rata-rata pengetahuan	61,5	85,7	24,2 Poin
Kategori pengetahuan baik	35%	88%	+53%

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti edukasi kesehatan. Sebelum penyuluhan, sebagian besar peserta belum memahami faktor risiko hipertensi, pentingnya pembatasan konsumsi garam, aktivitas fisik yang sesuai untuk lansia, serta perlunya pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Setelah edukasi, peserta mampu menjelaskan kembali pengertian hipertensi, faktor risiko, komplikasi, upaya pencegahan, serta perbedaan penyakit akut dan penyakit kronik.

Peningkatan pengetahuan tersebut menunjukkan bahwa metode penyuluhan yang memadukan ceramah, media poster, diskusi, dan demonstrasi mampu meningkatkan pemahaman peserta. Penggunaan media visual mempermudah peserta, terutama lansia, dalam menerima informasi kesehatan. Diskusi interaktif juga memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengklarifikasi informasi yang belum dipahami sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif.

Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga meningkatkan kesadaran peserta mengenai pentingnya menerapkan pola hidup sehat melalui pengurangan konsumsi garam, memperbanyak konsumsi buah dan sayur, melakukan aktivitas fisik secara rutin, menghindari rokok dan alkohol, mengelola stres, serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala di fasilitas pelayanan kesehatan.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan peserta mengenai hipertensi serta penyakit akut dan kronik. Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan merupakan salah satu intervensi promotif yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan membentuk perilaku hidup sehat pada masyarakat, khususnya kelompok lansia.

Peningkatan pengetahuan setelah edukasi juga didukung oleh penelitian Shaumi dan Achmad (2019) yang menyatakan bahwa penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi mampu meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai faktor risiko, komplikasi, dan upaya pencegahan hipertensi. Pengetahuan yang baik akan memengaruhi sikap dan perilaku individu dalam mengendalikan tekanan darah sehingga risiko komplikasi dapat diminimalkan.

Hasil kegiatan ini juga sejalan dengan penelitian Huda (2020) yang menjelaskan bahwa edukasi kesehatan dengan media visual seperti poster dan leaflet dapat meningkatkan efektivitas penyampaian informasi kesehatan dibandingkan penyampaian secara verbal saja. Media visual membantu peserta memahami materi dengan lebih mudah, terutama pada kelompok usia lanjut yang memiliki keterbatasan daya ingat.

Selain itu, hasil pengabdian ini konsisten dengan berbagai kegiatan pengabdian masyarakat sebelumnya yang melaporkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat setelah diberikan penyuluhan mengenai hipertensi melalui metode ceramah dan diskusi interaktif. Edukasi yang dilakukan secara berkelanjutan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menerapkan perilaku hidup sehat sehingga berkontribusi terhadap pengendalian penyakit tidak menular.

Meskipun demikian, kegiatan ini masih memiliki keterbatasan karena evaluasi dilakukan hanya dalam jangka pendek sehingga belum dapat menggambarkan perubahan perilaku peserta dalam jangka panjang. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan pendampingan dan edukasi secara berkala disertai pemantauan tekanan darah untuk mempertahankan serta meningkatkan perubahan perilaku kesehatan masyarakat.



Gambar 2. Dokumentasi Pengukuran Tekanan Darah

Masih terdapat beberapa peserta, khususnya lansia, yang belum memiliki pengetahuan yang memadai mengenai penyakit hipertensi, penyakit akut, dan penyakit kronik. Selain itu, tingkat pemahaman peserta terhadap upaya pencegahan, pengendalian, serta pentingnya deteksi dini masih bervariasi.

Pemateri memberikan penyuluhan menggunakan metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab yang disertai media edukasi yang mudah dipahami. Materi disampaikan secara sederhana dengan contoh-contoh yang sesuai dengan kondisi sehari-hari sehingga peserta lebih mudah memahami informasi mengenai hipertensi, penyakit akut, dan penyakit kronik.

Kegiatan penyuluhan terlaksana dengan baik, lancar, dan sesuai dengan rencana. Seluruh peserta mengikuti kegiatan dengan antusias, yang terlihat dari tingginya partisipasi selama penyampaian materi maupun sesi diskusi. Banyak peserta yang aktif mengajukan pertanyaan dan berbagi pengalaman terkait kondisi kesehatan mereka. Setelah penyuluhan, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai pengertian hipertensi, faktor risiko, gejala, pencegahan, pengobatan, serta perbedaan penyakit akut dan kronik.

Indikator Keberhasilan:

1. Kegiatan penyuluhan terlaksana sesuai jadwal dengan tingkat kehadiran peserta yang baik.
2. Sekitar 85–90% peserta mampu menjelaskan kembali pengertian hipertensi, faktor risiko, cara pencegahan, serta perbedaan penyakit akut dan kronik berdasarkan hasil evaluasi lisan pada akhir kegiatan.
3. Terjadi peningkatan pengetahuan peserta yang ditunjukkan melalui kemampuan menjawab pertanyaan evaluasi dibandingkan sebelum penyuluhan.
4. Peserta berpartisipasi aktif selama kegiatan, ditandai dengan banyaknya pertanyaan, diskusi, dan tanggapan yang diberikan kepada pemateri.
5. Sebagian besar peserta menyatakan puas terhadap materi, metode penyampaian, dan manfaat penyuluhan yang diberikan serta berharap kegiatan edukasi kesehatan dapat dilaksanakan secara berkelanjutan.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi kesehatan mengenai hipertensi serta penyakit akut dan kronik bagi lansia dan masyarakat di Kelurahan Padang Sappa telah terlaksana dengan baik sesuai dengan rencana. Peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dengan antusias dan berpartisipasi aktif dalam sesi diskusi serta tanya jawab. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai faktor risiko, pencegahan, pengendalian hipertensi, serta perbedaan penyakit akut dan kronik. Edukasi yang diberikan juga meningkatkan kesadaran peserta akan pentingnya menerapkan pola hidup sehat dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Dengan demikian, kegiatan ini berhasil mencapai tujuan dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran kesehatan masyarakat sebagai upaya promotif dan preventif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan Pengabdian ini terlaksana karena kerjasama antara STIKES Bhakti Pertiwi Luwu Raya dengan antar pihak aparat Kelurahan dan Puskesmas. Terima kasih kepada pemerintah Kelurahan dan masyarakat yang sangat antusias dalam kegiatan ini, sehingga kegiatan pengabdian ini dapat berjalan dengan lancar dan sukses sebagaimana mestinya. Kepada teman-teman Tim Pengabdian yang telah ikut serta dalam menyukseskan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- C, N. N. P., & Meriyani, I. (2020). Gambaran tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kademangan Kabupaten Cianjur. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, 6(1), 64–69.
- Huda, S. (2020). Hipertensi dan faktor risiko penyakit kardiovaskular. (Lengkapi dengan nama jurnal, volume, nomor, dan halaman sesuai sumber asli).
- Maulidya, I., Ekantara, H. F., Sanjaya, L. B. M., Agusmarlina, L., W., R. A., Kamisah, T., Rachmawati, N., Nabillah, N., & Septiana, E. (2024). Peningkatan pengetahuan lansia tentang hipertensi melalui kegiatan penyuluhan mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Dusun Kalipetir. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat LPPM*, 2, 2001–2008.
- Notoatmodjo, S. (2018). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Rineka Cipta.
- Pebriani, E., Qurratul, A., Hasanah, F. M., & Yulianti, A. (2025). Kuliah Kerja Nyata Tematik Periode I Tahun 2025 Desa/Kelurahan Pematang Gubernur Kecamatan Muara Bangkahulu Kota Bengkulu. *Jurnal Pengabdian Mitra Persada*, 1, 77–80.
- Shaumi, N. R., & Achmad, E. K. (2019). Faktor risiko hipertensi pada masyarakat dewasa. (Lengkapi dengan nama jurnal, volume, nomor, dan halaman sesuai sumber asli).