

PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG LITERASI HIPERTENSI DAN PENGUKURAN TEKANAN DARAH

Yustina Kristianingsih¹, Iriene Kusuma Wardhani², Yunita Wiguna³

^{1,2,3}STIKES Katolik St Vincentius A Paulo Surabaya

E-mail korespondensi: tinakristiani@gmail.com

Abstrak:

Latar Belakang:

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang paling banyak diderita masyarakat Indonesia, namun sering kali penderita tidak menyadari dirinya menderita hipertensi. Sehingga penderita hipertensi serimng kali terlambat datang ke pelayanan kesehatan dan tidak jarang yang datang dengan komplikasi. Penderita hipertensi masih banyak yang tidak patuh pada penatalaksanaan hipertensi karena merasa tidak ada keluhan. Salah satu penyebab ketidakpatuhan penatalaksanaan hipertensi adalah kurangnya literasi penderita hipertensi dan keluarganya tentang penatalaksanaan hipertensi. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah mengidentifikasi tingkat pengetahuan tentang literasi hipertensi dan tekanan darah.

Metode:

Metode pelaksanaan diawali dengan pengukuran tekanan darah dan pengisian kuesioner tingkat pengetahuan kemudian dilanjutkan dengan pendidikan kesehatan tentang literasi hipertensi dengan ceramah dan Tanya jawab serta leaflet. Setelah pendidikan kesehatan dilakukan pengisian kuesioner *post test*. Kegiatan dilaksanakan di RW 3 Kelurahan Kupang Krajan, Kecamatan Sawahan Kota Surabaya pada tanggal 19-20 November 2025 di balai RW 3 Kelurahan Kupang Krajan Kecamatan Sawahan kota Surabaya. Sasaran kegiatan ini adalah warga RW 3 yang berusia dewasa dan lansia dengan hipertensi.

Hasil:

Peserta kegiatan pendidikan kesehatan 23 orang dewasa dan 27 lansia yang menderita hipertensi. Hasil pengukuran tekanan darah 46% hipertensi stadium 2, literasi hipertensi 48% hanya dilakukan ketika datang ke puskesmas. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang literasi hipertensi 52% peserta memiliki tingkat pengetahuan baik

Kata Kunci: Literasi, Hipertensi, tingkat pengetahuan

Abstract:

Background:

Hypertension is one of the most common non-communicable diseases in Indonesia, yet sufferers are often unaware of their condition. Consequently, they often seek medical care late and often present with complications. Many sufferers are still non-compliant with hypertension management because they feel they have no symptoms. One cause of non-compliance with hypertension management is a lack of literacy among sufferers and their families about hypertension management. The purpose of this community service activity is to identify the level of knowledge regarding hypertension and blood pressure literacy.

Method:

The implementation method began with blood pressure measurements and a knowledge questionnaire, followed by health education on hypertension literacy through lectures, Q&A sessions, and leaflets. Following the health education, a post-test questionnaire was completed. The activity was carried out in RW 3, Kupang Krajan Village, Sawahan District, Surabaya City, on November 19-20, 2026, at the RW hall. The target group for this activity were adult and elderly residents of RW 3 with hypertension.

Result:

Blood pressure measurements showed that 46% had stage 2 hypertension, and 48% of participants only received hypertension literacy upon arrival at the community health center. After health education on hypertension literacy, 52% of participants had a good level of knowledge.

Keywords: *Literacy, Hypertension, Level of Knowledge*

Pendahuluan

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang paling banyak diderita masyarakat Indonesia, namun sering kali penderita tidak menyadari dirinya menderita hipertensi atau tekanan darah tinggi karena tidak ada gejala yang dirasakan. Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 130 mmHg dan tekanan darah diastolic ≥ 90 mmHg (Dewit et al., 2017). Hipertensi bisa diderita mulai dari orang muda sampai lansia. Pemicu munculnya tekanan darah tinggi pada usia muda meliputi pola hidup sedentary, konsumsi *fast food*, merokok, alkohol, obesitas, dan aktivitas fisik yang rendah. Pada usia lanjut selain faktor tersebut juga terjadi akibat proses penuaan dimana pada usia lanjut elastisitas pembuluh darah menurun sehingga kejadian hipertensi meningkat. Keluhan tersering pasien hipertensi adalah nyeri yang dirasakan di tengkuk, dan kepala bagian belakang namun sering kali tanpa gejala atau sering dikenal *the silent killer* (Afriani, 2024). Sehingga penderita hipertensi sering kali terlambat datang ke pelayanan kesehatan dan tidak jarang yang datang dengan komplikasi. Hipertensi menjadi salah satu masalah kesehatan yang banyak ditemukan di RW 3 kelurahan kupang Krajan, kecamatan Sawahan Kota Surabaya meskipun berbagai program penyuluhan telah dilaksanakan oleh Puskesmas Sawahan kota Surabaya. Masyarakat masih banyak yang bosan minum obat secara terus menerus dan sering mencari alternatif solusi dari media sosial yang tidak jarang kurang dapat dipercaya. Berdasarkan wawancara dengan 3 orang warga RW 3 Kelurahan Kupang Krajan hampir setiap warga mempunyai *smartphone* dan melihat konten media sosial dan mencoba-coba setiap informasi dari media sosial sehingga tidak minum obat.

Angka kejadian hipertensi di Indonesia menurut Survei Kesehatan Indonesia 2023 adalah 30,8 %. Prevalensi hipertensi di Jawa Timur tahun 2022 sebesar 36,3% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2023). Berdasarkan pengkajian pada bulan agustus 2025 di RW 3 Kelurahan Kupang Krajan kecamatan Sawahan kota Surabaya sebagian besar warga dewasa akhir dan lansia mengalami hipertensi dan tidak rutin minum obat. Warga di RW 3 Kelurahan Kupang Krajan kecamatan Sawahan kota Surabaya aktif menggunakan media sosial dan banyak menggunakan media sosial sebagai sumber informasi kesehatan namun belum mengetahui media sosial mana yang memberikan informasi kesehatan yang akurat. RW 3 kelurahan kupang krajan saat ini telah memiliki kader surabaya hebat yang mendampingi warga untuk memberikan edukasi terkait masalah kesehatan namun pengaruh media sosial masih sulit dikendalikan dan memengaruhi pola persepsi kesehatan warga.

Penatalaksanaan hipertensi meliputi pengobatan medis (farmakologis), diet rendah garam, penurunan berat badan, berhenti merokok dan latihan fisik (Andika &

Graharti, 2025). Namun pada kenyataannya penderita hipertensi masih banyak yang tidak patuh pada penatalaksanaan hipertensi karena merasa tidak ada keluhan. Salah satu penyebab ketidakpatuhan penatalaksanaan hipertensi adalah kurangnya literasi penderita hipertensi dan keluarganya tentang penatalaksanaan hipertensi. Sumber literasi hipertensi saat ini banyak tersedia dan mudah diakses melalui media online tetapi penting untuk mencari sumber literasi yang dapat dipercaya dan bertanggung jawab. Dampak dari literasi hipertensi yang kurang baik ini akan memicu tingginya komplikasi hipertensi seperti stroke (Direkturat Jendral Pelayanan Kemenkes, 2022).

Melihat pentingnya mencegah komplikasi hipertensi dan juga mendukung program pemerintah untuk Indonesia dalam program Gerakan Masyarakat Sehat (Germas) maka akan dilakukan Pendidikan Kesehatan literasi hipertensi dan pengukuran tekanan darah di RW 3 kelurahan Kupang Krajan Kecamatan Sawahan kota surabaya

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilaksanakan di RW 3 Kelurahan Kupang Krajan, Kecamatan Sawahan, Kota Surabaya pada tanggal 19-20 November 2025. Kegiatan dilaksanakan di balai RW 3 Kelurahan Kupang Krajan, Kecamatan Sawahan, Kota Surabaya. Sasaran kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah warga RW 3 yang berusia dewasa dan lansia yang menderita hipertensi. Berikut adalah tahapan kegiatan pengabdian pada masyarakat:

Tabel 1. Tahapan pelaksanaan

No	Kegiatan	Partisipasi sasaran
1.	Koordinasi kegiatan pengabdian pada masyarakat	1) Ketua RW menerima penjelasan terkait kegiatan pengabdian pada masyarakat 2) Ketua RW melibatkan Kader Surabaya Hebat (KSH) 3) KSH membantu mengkoordinasi warga dan membantu seting tempat
2.	Pelaksanaan Pengabdian pada masyarakat tentang literasi hipertensi	1) Peserta mendaftar 2) Peserta dilakukan pengukuran tekanan darah 3) Peserta mengisi kuesioner pre test 4) Peserta mendengarkan materi tentang literasi hipertensi dan aktif bertanya 5) Peserta mengisi kuesioner post test
3.	Evaluasi Kegiatan	1) Peserta hadir tepat waktu 100% 2) Sangat antusias 80% 3) Sangat aktif bertanya 50% 4) Pengetahuan meningkat 90%

Hasil

Hasil kegiatan pengabdian pada masyarakat ini diikuti oleh 50 orang peserta dewasa dan lansia yang menderita hipertensi di RW 3 Kelurahan Kupang Krajan, Kecamatan Sawahan, Kota Surabaya akan disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 2. Distribusi tekanan darah peserta pengabdian pada masyarakat RW 3 Kelurahan Kupang Krajan Kecamatan Sawahan Kota Surabaya tanggal 19-20 November 2025

No	Kategori tekanan darah	Jumlah	%
1.	Normal	1	2
2.	Pre Hipertensi	23	46
3.	Hipertensi Stadium 1	22	44
4.	Hipertensi Stadium 2	1	2
5.	Krisis hipertensi	3	6
Total		50	100

Tabel 3. Distribusi tingkat pengetahuan peserta pengabdian pada masyarakat RW 3 Kelurahan Kupang Krajan Kecamatan Sawahan Kota Surabaya tanggal 19-20 November 2025

No	Pengetahuan	Pre test		Post test	
		n	%	n	%
1.	Baik	3	6	29	58
2.	Cukup	28	56	21	42
3.	Kurang	19	38	0	0
Total		50	100	50	100

Berikut Gambaran situasi pelaksanaan kegiatan pengabdian Masyarakat yang telah dilaksanakan



Sumber gambar: Data Primer

Suasana Pendidikan Kesehatan yang dilaksanakan tergambar pada foto diatas. Edukasi diberikan secara langsung dengan alat bantu leaflet. Pemateri memberikan materi dan langsung membuka sesi tanya jawab untuk memastikan materi dapat diterima oleh setiap peserta. Peserta kegiatan pengabdian kali ini sangat antusias, banyak pertanyaan yang diajukan terkait penatalaksanaan hipertensi, kompliasi hipertensi dan juga informasi yang mereka dapatkan dari media sosial tentang hipertensi dan berbagai ramuan tradisional untuk menurunkan tekanan darah.

Diskusi

Kegiatan pengabdian pada masyarakat dilakukan di RW 3 kelurahan kupang krajan kecamatan sawaha kota Surabaya dengan jumlah peserta 50 orang warga yang mengalami hipertensi. Hipertensi merupakan meningkatnya tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg atau lebih (*World Health Organization*, 2025). Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang banyak diderita di Indonesia, dan sering kali tidak menunjukkan gejala yang spesifik. Hipertensi juga merupakan penyebab kematian tertinggi di Indonesia sehingga penting sekali untuk setiap penderita hipertensi mendapatkan penatalaksanaan yang tepat. Adapun penatalaksanaan hipertensi meliputi penalaksanaan non farmakologis seperti menurunkan berat badan, diet rendah garam, olah raga, berhenti merokok dan minum alkohol. Dan juga penatalaksanaan farmakologis dengan obat anti hipertensi sesuai resep dokter (*Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia*, 2015). Penatalaksanaan hipertensi harus dilakukan secara teratur dan terus menerus agar tekanan daran bisa terkontrol dan mencegah terjadinya komplikasi.

Pada awal kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilakukan pengukuran tekanan darah pada semua peserta, dimana dari 50 orang penderita hipertensi adalah 23 orang (46%) hipertensi stadium 2, 22 orang (44%) hipertensi stadium 1, 3 orang (6%) krisis hipertensi. Berdasarkan data yang diperoleh semua peserta telah mendapatkan terapi obat dari dokter namun sebagian besar mengatakan tidak mengkonsumsi obat dengan teratur dan juga tidak diet. Peserta mengatakan hanya minum obat jika merasa pusing, badan tidak enak atau ada keluhan lain. Penyebab ketidakpatuhan dalam penalaksanaan hipertensi disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya pengetahuan, sikap dan kepercayaan, kepribadian dan mental individu, jarak ke pelayanan kesehatan dan dukungan social (*Ashoorkhani et al.*, 2018). Gambaran tekanan darah peserta menunjukkan kesesuaian dengan teori dimana ketidakpatuhan dalam mengkonsumsi obat anti hipetensi, tidak melakukan diet, tidak pernah berolah raga menyebabkan sebagian besar peserta masih mengalami peningkatan tekanan darah. Penatalaksanaan terapi yang tidak dijalankan dengan teratur dapat menimbulkan peningkatan beban jantung sehingga jantung akan berkompensasi dengan memingkatkan kontraksi yang dapat berdampak pada pembesaran jantung dan perubahan irama jantung.

Masih banyaknya peserta kegiatan pengabdian pada masyarakat yang memiliki tekanan darah tinggi di RW 3 keluarahan kupang krajan kecamatan sawahan kota

Surabaya ini salah satunya disebabkan oleh tingkat pengetahuan tentang hipertensi yang masih rendah, dimana data awal menunjukkan literasi tentang hipertensi, dari 50 peserta kegiatan pengabdian pada masyarakat menunjukkan bahwa 38 % tidak pernah mencari tahu tentang informasi mengenai hipertensi. Literasi hipertensi yang tepat dapat meningkatkan pengetahuan sehingga seseorang dapat memahami kondisi sakitnya. Semakin meningkat literasi hipertensi akan diikuti dengan kestabilan tekanan darah (Sohrabi et al., 2022). Penulis berpendapat terdapat kesesuaian antara literasi hipertensi dengan tekanan darah penderita hipertensi. Dimana penderita hipertensi yang tidak pernah mencari informasi atau tidak pernah melakukan literasi tentang sakitnya akan menyebabkan ketidapahaman terhadap terapi yang harus dilakukan seperti minum obat hanya saat ada keluhan sehingga tekanan darah tetap tinggi.

Pendidikan kesehatan tentang literasi hipertensi dari sumber yang dapat dipercaya, baik layanan offline maupun online berbasis websit/ media sosial dokter, tenaga Kesehatan, layanan kesehatan seperti rumah sakit, klinik dilakukan pada peserta dengan metode ceramah, tanya jawab dan dilengkapi dengan media leaflet dengan waktu 60 menit. Setelah Pendidikan Kesehatan peserta mampu menjawab pertanyaan tentang literasi digital dengan tepat dan didapatkan tingkat pengetahuan peserta 29 orang (52%) baik. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu bentuk pelayanan keperawatan untuk memberikan edukasi baik di Rumah sakit maupun di masyarakat (Maulana, 2022). Dimana tujuan pendidikan kesehatan ini untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan individu pada masalah kesehatan (Notoatmodjo, 2020). Pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan metode ceramah dan Tanya jawab dapat meningkatkan tingkat pengetahuan peserta menjadi baik. Hal ini terjadi karena selama proses pendidikan kesehatan peserta diberikan kesempatan bertanya yang disambut sangat antusias oleh peserta, banyak pertanyaan praktis yang ditanyakan peserta mengenai hipertensi, penatalaksanaan hipertensi, dan terkait informasi mengenai hipertensi yang mereka akses di media social seperti Tik Tok, Instagram dan YouTube. Interaksi aktif peserta dengan tim pengabdian pada masyarakat membantu dalam memahami materi dengan baik sehingga terjadi peningkatan pengetahuan.

Namun masih ada 21 orang peserta (48%) memiliki tingkat pengetahuan cukup. Dari 21 orang yang berpengetahuan cukup 85% berusia lansia. Lanjut usia mengalami banyak perubahan fisik dan pola pikir. Perubahan pola pikir pada lansia dapat menyebabkan kemunduran dalam mencerna informasi (Astuti et al., 2023). Penulis berpendapat terdapat kesesuaian dengan teori dimana peserta yang berusia lansia mengalami penurunan kemampuan dalam mencerna informasi sehingga tingkat pengetahuan masih cukup. Diperlukan waktu pendidikan kesehatan yang lebih lama dan bertahap serta modifikasi media pendidikan kesehatan agar lansia dapat mencerna informasi yang diberikan dengan baik. Sehingga penting untuk dilakukan Pendidikan Kesehatan lanjutan dan berkala bagi warga agar pengetahuan tentang hipertensi dan penyakit lain yang sering terjadi di Masyarakat semakin dipahami sehingga menumbuhkan kesadaran untuk berperilaku sehat.

Kesimpulan dan Saran

Setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang literasi hipertensi 52% peserta memiliki tingkat pengetahuan baik. Berdasarkan hasil penelitian masih terdapat 48% peserta yang memiliki tingkat pengetahuan cukup maka ketua RW dan kader Surabaya sehat diharapkan melanjutkan program pendidikan kesehatan lanjutan dengan mengelompokkan sasaran sesuai umur agar serapan informasi kesehatan yang diberikan dapat diterima secara efektif dan efisien.

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada LPPM, ketua STIKES, Ketua Prodi S1 Keperawatan STIIKES Katolik St Vincentius A Paulo Surabaya, ketua RW 3 dan KSH RW 3, peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat atas kesempatan dan dukungannya sehingga kegiatan pengabdian pada masyarakat dapat terlaksana dengan baik

Daftar Referensi

- Afriani, D. (2024). *Epidemiologi Penyakit tidak Menular*. PT Nasya Expanding Management.
- Andika, G. A., & Graharti, R. (2025). Panduan Terbaru Hipertensi: Sebuah Tinjauan Literatur. *Medula*, 15(3). <https://journalofmedula.com/index.php/medula/article/download/1682/1190/9847>
- Ashoorkhani, M., Majdzadeh, R., Gholami, J., Eftekhar, H., & Bozorgi, A. (2018). Understanding Non-Adherence to Treatment in Hypertension: A Qualitative Study. *International Journal of Community Based Nursing and Midwifery*, 6(4). <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6226612/>
- Astuti, R., Umboh, M. J., Pradana, A. A., Silaswati, S., Susanti, F., Resna, R. W., Sukmawati, A. S., Maryam, S. R., Tinungki, Y. L., Riasmini, N. M., & Rekawati, E. (2023). *KEPERAWATAN GERONTIK*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- DeWit, S. C., Stromberg, H. K., & Dallred, C. (2017). *Medical-Surgical Nursing - E-Book: Medical-Surgical Nursing - E-Book*. Elsevier.
- Direkturat Jendral Pelayanan Kemenkes. (2022). *Ketahui Yuk Kelompok Berisiko dari Hipertensi*. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1723/ke
- Maulana, N. (2022). *PROMOSI KESEHATAN DAN PENDIDIKAN KESEHATAN DALAM KEPERAWATAN*. CV. Sarnu Untung.
- Notoatmodjo, S. (2020). Promosi Kesehatan Teori & Aplikasi. In *Bab I*. Rineka Cipta.
- Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia. (2015). *PEDOMAN TATALAKSANA HIPERTENSI PADA PENYAKIT KARDIOVASKULAR*. <https://www.inaheart.org/wp-content/uploads/2025/10/Pedoman-Tatalaksana-Hipertensi-Pada-Penyakit-Kardiovaskular.pdf>
- Sohrabi, M., Karami, M., Mirmoeini, R. S., & Cheraghi, Z. (2022). The Relationship between Health Literacy and Hypertension Control: A Cross-Sectional Study. *The Journal of Tehran Heart Center*, 17(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.18502/jthc.v17i4.11614>
- World Health Organization. (2025). *Hypertension*. WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>