



PENCEGAHAN HIPERTENSI MELALUI PEMBERDAYAAN KELUARGA MENUJU PERILAKU ADAPTIF DI DESA PASAR JATI KECAMATAN ASTAMBUL KABUPATEN BANJAR TAHUN 2025

Parellangi¹, Ainun Sajidah², Hammad³, Ricko Dharmadi Utama⁴, Muhammad Rasyid⁵, Rizkan Azhima⁶
1, Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia
2, 3, 4, 5,6 Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, Banjarbaru, Indonesia

parellangikaltim@gmail.com

ABSTRACT

The prevalence of hypertension in Indonesia has continued to increase significantly, from 25.8% in 2013 to 34.11% in 2018. In South Kalimantan Province, hypertension is one of the leading causes of death, particularly among women, with a prevalence of 55.8% in 2022. Banjar Regency ranks second highest with a prevalence of 90.3%, indicating the urgent need for more effective preventive interventions. Low public awareness and limited knowledge regarding the risks of hypertension are the main factors contributing to this high prevalence. This community service program aimed to improve the knowledge and skills of health cadres and family caregivers of individuals with hypertension through health education and the empowerment of Posbindu (integrated service posts for non-communicable diseases). The program was conducted over three months and involved 24 participants, consisting of health cadres and family caregivers, through a series of interventions including training, health education, simple health examinations, as well as monitoring and evaluation. The Wilcoxon Signed Ranks Test showed that the intervention did not have a significant effect on the knowledge of family caregivers ($p = 0.083$), but it had a significant impact on improving the knowledge and skills of health cadres ($p = 0.036$). These results indicate an increase in participants' knowledge after receiving health education, with knowledge levels improving from fair to good categories. This emphasizes that empowering health cadres and families through health education and Posbindu facilitation can be an effective strategy in reducing the prevalence of hypertension in the community.

Keyword: hypertension, health cadres, health education, posbindu

ABSTRAK

Prevalensi hipertensi di Indonesia terus mengalami peningkatan signifikan, dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,11% pada tahun 2018. Di Provinsi Kalimantan Selatan, hipertensi menjadi salah satu penyebab utama kematian, khususnya pada perempuan, dengan angka kejadian mencapai 55,8% pada tahun 2022. Kabupaten Banjar menempati urutan kedua tertinggi dengan prevalensi 90,3%, menunjukkan perlunya intervensi pencegahan yang lebih efektif. Rendahnya kesadaran dan pengetahuan masyarakat terhadap risiko hipertensi menjadi faktor utama yang memengaruhi tingginya angka kesakitan. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader serta keluarga pendamping penderita hipertensi melalui edukasi kesehatan dan pemberdayaan posbindu. Kegiatan dilakukan selama tiga bulan melibatkan 24 responden yang

terdiri dari kader dan keluarga pendamping, dengan serangkaian intervensi berupa pelatihan, edukasi kesehatan, pemeriksaan sederhana, serta monitoring dan evaluasi. Hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan bahwa intervensi tidak memberikan pengaruh signifikan terhadap pengetahuan keluarga pendamping ($p = 0,083$), namun memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader ($p = 0,036$). Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan responden setelah diberikan edukasi kesehatan, dengan kategori pengetahuan meningkat dari cukup menuju baik. Hal ini menegaskan bahwa pemberdayaan kader dan keluarga melalui edukasi kesehatan serta pendampingan posbindu dapat menjadi strategi efektif dalam upaya menurunkan angka kesakitan hipertensi di kalangan masyarakat.

Kata kunci: hipertensi, kader kesehatan, edukasi kesehatan, posbindu

I. PENDAHULUAN

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai angka 34,11% pada penduduk berumur di atas 18 tahun. Sedangkan pada tahun 2013 sekitar 25,8%. Hasil tersebut menunjukkan peningkatan dari tahun 2013 ke tahun 2018 sebesar 8,3%. Di Indonesia, Provinsi Kalsel hipertensi menjadi tiga penyebab tertinggi kematian ibu dengan angka 23%. Jumlah penderita Hipertensi di Provinsi Kalsel pada tahun 2022 mencapai 55,8% dimana Kabupaten Banjar menjadi salah satu daerah tertinggi di Kalimantan Selatan yang menempati urutan kedua dengan angka kesakitan 90,3%, angka ini didominasi oleh jenis kelamin perempuan yang mendapat pelayanan kesehatan dengan persentasi 91,5%. Hal ini menunjukkan bahwa masih banyak penderita Hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan di Kabupaten Banjar oleh Seksi P2PTM Dinkes Prov Kalsel (Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan, 2022). Hipertensi yang dibiarkan bertahun-tahun dapat menyebabkan beberapa komplikasi kesehatan, diantaranya adalah serangan jantung, stroke, gagal jantung, gangguan fungsi ginjal, gangguan penglihatan, serta sindrom metabolik. Dimana menurut Anshari, (2020), hipertensi berhubungan dengan kurangnya pengetahuan pencegahan resiko hipertensi dari individu. Urgensi saat ini yang dihadapi dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan, antara lain masih rendahnya kesadaran masyarakat terkait risiko yang dihadapi pada suatu penyakit. Hal ini pula yang diduga sebagai pemicu tingginya kejadian hipertensi di wilayah Kabupaten Banjar terutama di Desa Pasar Jati, Kecamatan Astambul. Oleh karena itu sangat penting dilakukan tindakan pencegahan agar bisa tetap sehat dan produktif sampai usia lanjut.

Urgensi saat ini adalah masih rendahnya kesadaran masyarakat terhadap risiko hipertensi yang diduga menjadi pemicu tingginya kejadian di wilayah Kabupaten Banjar, khususnya di Desa Pasar Jati Kecamatan Astambul. Oleh karena itu, tindakan pencegahan sangat penting dilakukan agar masyarakat dapat tetap sehat dan produktif hingga usia lanjut. Notoatmodjo, (2018), mengemukakan bahwa pendidikan kesehatan merupakan strategi yang dapat dilakukan dalam membujuk atau mendidik masyarakat umum untuk mendorong mereka melakukan tindakan yang akan meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan mereka. Pendidikan/edukasi kesehatan juga disebut sebagai bentuk tindakan mandiri keperawatan untuk membantu klien baik individu, kelompok, maupun masyarakat dalam mengatasi masalah kesehatannya melalui kegiatan pembelajaran yang didalamnya perawat sebagai perawat pendidik. Hal ini sejalan dengan pengabdian yang dilakukan oleh Rispawati *et al.*, (2023), dimana ia menerapkan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan kesehatan tentang materi hipertensi dan pencegahan pada hipertensi, sehingga angka kesakitan hipertensi di daerah itu dapat ditekan. Dimana hal ini merupakan salah satu peluang untuk menjangkau kelompok usia produktif (30-50 tahun) yang berisiko hipertensi. Penelitian terbaru juga memperkuat pentingnya edukasi kesehatan dalam pencegahan hipertensi. **Ouyang *et al.*, (2024) melaporkan bahwa tingkat pendidikan lebih tinggi berkorelasi dengan literasi kesehatan yang lebih baik, sehingga berdampak positif pada pencegahan komplikasi hipertensi seperti stroke iskemik.**

Pendekatan edukasi kesehatan melalui ceramah, tanya jawab, serta pemeriksaan sederhana berupa pengukuran tekanan darah, berat badan, dan tinggi badan yang lebih aplikatif

dibandingkan penyuluhan konvensional. Berdasarkan uraian diatas, maka masalahnya adalah masih tingginya angka kesakitan hipertensi yang terjadi di wilayah Desa Pasar Jati Kabupaten Banjar, sehingga perlu dilakukan pengabdian masyarakat dengan judul “Pencegahan Hipertensi Melalui Pemberdayaan Keluarga Menuju Perilaku Adaptif di Desa Pasar jati Kecamatan Astambul Kabupaten Banjar Tahun 2025” dalam upaya menurunkan tingkat kesakitan hipertensi.

II. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan oleh tiga orang dosen jurusan keperawatan Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, lima orang mahasiswa, dan satu orang koordinator posbindu di Desa Pasar Jati, mitra sasaran yaitu 24 responden terdiri dari 12 orang keluarga pendamping penderita hipertensi dan 12 orang kader di Poskesdes Desa Pasar Jati, Kabupaten Banjar. Pelaksanaan kegiatan dilakukan berjalan dengan lancar. Tahapan kegiatan diawali dengan koordinasi dengan mitra serta pengukuran pengetahuan (*pre-test*) terkait hipertensi, gejala, penanganan, serta pencegahannya. Selanjutnya, dilakukan edukasi kesehatan mengenai konsep dasar hipertensi, pemeriksaan sederhana (pengukuran tekanan darah, berat badan, dan tinggi badan), serta *post-test* untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta. Pada tahap berikutnya, tim juga memberikan pendampingan dalam pembuatan program kerja posbindu terkait upaya pencegahan dan penanganan hipertensi di Desa Pasar Jati. Monitoring dan evaluasi melalui *pre-test* dan *post-test*, serta pemeriksaan sederhana sebelum dan sesudah edukasi. Evaluasi juga mencakup keterlibatan kader dan keluarga dalam menerapkan hasil penelitian, dengan target peningkatan pengetahuan dalam kategori cukup (56—75%) hingga baik (76 —100%).

Hal ini sejalan dengan penelitian Darabi *et al.*, (2025), yang menunjukkan adanya hubungan sangat kuat antara literasi kesehatan dan gaya hidup promotive pada pasien hipertensi. Hasil penelitian menandakan bahwa kemampuan mengambil keputusan kesehatan lebih menentukan dibandingkan sekedar keterampilan membaca atau memahami informasi. Temuan ini memperkuat pentingnya intervensi edukasi yang tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga membekali kader dan keluarga dengan keterampilan praktis dalam menerapkan keputusan sehat untuk mencegah hipertensi.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan oleh 3 orang dosen, 5 orang mahasiswa, dan 1 orang koordinator posbindu di Desa Pasar Jati. Jumlah responden dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah 24 responden terdiri dari 12 orang keluarga pendamping penderita hipertensi dan 12 orang kader di Poskesdes Desa Pasar Jati Kabupaten Banjar.

Kegiatan dilakukan menjadi 4 kali pertemuan. Pada pertemuan pertama, diikuti oleh kader kesehatan dan keluarga pendamping penderita hipertensi. Dilakukan pengukuran pengetahuan/*pre-test* tentang hipertensi dan pencegahannya. Kemudian pada pertemuan keempat dilakukan *post-test*.

Tabel 1. Analisis Pengaruh Pengabmas terhadap Tingkat Pengetahuan dan Keterampilan Keluarga Pendamping tentang Hipertensi dan Pencegahannya

Variabel		n	p-value
Skor pengetahuan pre-post Keluarga Pendamping	Negative rank	3	0,083
	Positive rank	9	
	Ties	0	
	Total	12	

Berdasarkan tabel 1. didapatkan hasil uji *wilcoxon signed ranks test*, menunjukkan hasil skor pengetahuan responden sebelum dan sesudah dilakukan pengabmas tentang hipertensi pada

negative rank atau skor pengetahuan responden yang mengalami penurunan 3, dan *positive rank* atau skor pengetahuan responden yang mengalami peningkatan ada 9, sedangkan *ties* atau nilai kelompok kedua dan pertama sama menunjukkan skor 0. Nilai *p value* 0,083 ($> 0,05$) maka H_0 diterima dan H_a ditolak yang berarti secara statistik tidak signifikan pengaruh pengabmas terhadap tingkat pengetahuan dan keterampilan keluarga pendamping penderita hipertensi tentang cara pencegahan hipertensi. Meskipun demikian, secara praktis terlihat adanya peningkatan nilai rata-rata skor pengetahuan, yang menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan pemahaman di kalangan keluarga pendamping setelah memperoleh edukasi. Kecenderungan ini mengisyaratkan bahwa meskipun belum signifikan secara statistik, edukasi tetap memberikan dampak positif secara praktis terhadap pemahaman mereka mengenai upaya pencegahan hipertensi (Vélez-López *et al.*, 2025).

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu bentuk intervensi edukatif yang bertujuan menyampaikan informasi atau pesan kesehatan kepada individu maupun kelompok, sehingga mereka dapat memahami, menerima, dan menerapkan informasi tersebut dalam kehidupan sehari-hari (Mardiah *et al.*, 2024). Dalam konteks keluarga penderita hipertensi, kegiatan penyuluhan memiliki peranan penting dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko, cara pencegahan, serta pengelolaan penyakit hipertensi. Hal ini dibuktikan melalui peningkatan skor pengetahuan peserta setelah mengikuti penyuluhan, yang mencerminkan adanya perubahan pemahaman dan sikap terhadap penyakit tersebut (Mulasari *et al.*, 2023).

Pengetahuan yang baik mengenai hipertensi memungkinkan individu untuk lebih proaktif dalam memantau tekanan darah, mengatur pola makan, aktivitas fisik, serta kepatuhan terhadap pengobatan. Tingkat pendidikan juga menjadi salah satu faktor yang berpengaruh terhadap efektivitas penyuluhan (Maximova *et al.*, 2023). Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah mereka menyerap informasi dan memahami pesan-pesan kesehatan yang disampaikan, termasuk mengenai komplikasi yang dapat timbul akibat hipertensi yang tidak terkontrol seperti stroke, gagal jantung, dan kerusakan ginjal. Sebaliknya, individu dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah cenderung membutuhkan pendekatan penyuluhan yang lebih sederhana dan berulang agar pesan yang disampaikan dapat diterima secara optimal (Zhang *et al.*, 2024).

Tabel 2. Analisis Pengaruh pengabmas terhadap Tingkat Pengetahuan dan Keterampilan Kader tentang Hipertensi dan Pencegahannya

Variabel		n	p-value
Skor pengetahuan pre-post kader	Negative rank	2	0,036
	Positive rank	8	
	Ties	2	
	Total	12	

Berdasarkan tabel 2. didapatkan hasil uji *wilcoxon signed ranks test*, menunjukkan hasil skor pengetahuan kader sebelum dan sesudah dilakukan pengabmas tentang Pencegahan Hipertensi pada *negative rank* atau skor pengetahuan kader yang mengalami penurunan 2, dan *positive rank* atau skor pengetahuan kader yang mengalami peningkatan ada 8, sedangkan *ties* atau nilai kelompok kedua dan pertama sama menunjukkan skor 2. Nilai *p value* 0,036 ($< 0,05$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada pengaruh pengabmas terhadap tingkat pengetahuan dan keterampilan kader tentang pencegahan hipertensi. Temuan ini memberikan bukti empirik bahwa pemberian pendidikan kesehatan secara langsung, terutama melalui pendekatan partisipatif seperti sesi edukasi interaktif, mampu memberikan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan pemahaman dan pengetahuan kader kesehatan (Rahmayanti, Tahlil and Diba, 2024). Efektivitas dari kegiatan edukatif ini kemungkinan besar tidak hanya disebabkan oleh metode penyampaian materi yang sistematis dan aplikatif, tetapi juga dipengaruhi oleh latar belakang para kader yang umumnya telah memiliki dasar

pengetahuan dan pengalaman sebelumnya di bidang kesehatan masyarakat. Dengan latar belakang tersebut, para kader menjadi lebih siap, tanggap, dan responsif dalam menerima serta menginternalisasi informasi baru yang diberikan selama kegiatan berlangsung. Mereka juga cenderung lebih cepat memahami konsep-konsep penting dalam pencegahan hipertensi, serta mampu mengaitkannya dengan praktik lapangan yang selama ini mereka lakukan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aisyiah *et al.*, (2023), yang menyatakan bahwa efektivitas edukasi kesehatan sangat dipengaruhi oleh karakteristik peserta, termasuk pengalaman, motivasi, dan pengetahuan awal yang dimiliki. Oleh karena itu, pelatihan atau edukasi semacam ini menjadi sangat strategis dalam memperkuat peran kader sebagai ujung tombak dalam promosi kesehatan dan pencegahan penyakit tidak menular seperti hipertensi di tingkat masyarakat.

Hasil temuan ini didukung oleh penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa intervensi pendidikan kesehatan secara terbukti mampu meningkatkan pengetahuan secara signifikan, terutama pada kelompok yang telah memiliki dasar pengetahuan sebelumnya (Rahmania *et al.*, 2024). Selain itu, edukasi kesehatan juga disebutkan berperan penting dalam meningkatkan keterlibatan dan dukungan keluarga terhadap pengelolaan penyakit kronis, termasuk hipertensi. Sebagaimana dijelaskan oleh (Sukesie *et al.*, 2024), kegiatan edukasi yang dilakukan secara sistematis dapat memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan dukungan keluarga dalam pengelolaan hipertensi, terutama melalui peningkatan pemahaman mereka mengenai faktor risiko, tanda bahaya, serta langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan di lingkungan rumah tangga.

Dengan demikian, pelaksanaan edukasi pencegahan hipertensi terbukti memberikan manfaat, baik secara praktis pada keluarga maupun secara signifikan pada kader, yang diharapkan dapat mendukung upaya promotif dan preventif di tingkat komunitas.



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian Masyarakat di Poskesdes Desa Pasar Jati Wilayah Kerja Puskesmas Astambul

IV. SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat memberikan dampak berbeda pada dua kelompok sasaran. Pengetahuan keluarga pendamping penderita hipertensi tidak mengalami peningkatan yang signifikan secara statistik (p -value = 0,083), sedangkan pengetahuan kader kesehatan menunjukkan peningkatan yang signifikan setelah intervensi edukasi (p -value = 0,036). Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan kader kesehatan, namun belum memberikan dampak signifikan pada keluarga pendamping.

DAFTAR PUSTAKA

1. Aisyiah, I. K. *et al.* (2023) 'Peningkatan Pengetahuan Kader Kesehatan Terhadap Hipertensi', *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Indonesia*, 2(3), pp. 41–52. doi: 10.55542/jppmi.v2i3.676.
2. Anshari, Z. (2020) 'KOMPLIKASI HIPERTENSI DALAM KAITANNYA DENGAN PENGETAHUAN PASIEN TERHADAP HIPERTENSI DAN UPAYA PENCEGAHANNYA', *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 2(2), pp. 54–61. doi: 10.36656/jpkm.v2i2.289.
3. Darabi, F. *et al.* (2025) 'A cross-sectional study of the relationship between health literacy and health-promoting lifestyles in patients with hypertension in northwest Iran', *BMC Primary Care*, 26(1). doi: 10.1186/s12875-025-02819-9.
4. Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan (2022) *Jumlah Penderita Penyakit Diabetes Melitus*, data.kalselprov.go.id. Available at: <https://data.kalselprov.go.id/dataset/data/1321>.
5. Mardiah, N. A. *et al.* (2024) 'PENGARUH PENYULUHAN MENGGUNAKAN MEDIA DIGITAL (VIDEO ANIMASI) TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP DI RUMAH SAKIT KHUSUS PARU PROVINSI SUMATERA UTARA', *PREPOTIF: JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT*, 8(3), pp. 8047–8054. doi: 10.31004/prepotif.v8i3.37428.
6. Maximova, K. *et al.* (2023) 'Exploring educational inequalities in hypertension control, salt knowledge and awareness, and patient advice: insights from the WHO STEPS surveys of adults from nine Eastern European and Central Asian countries', *Public Health Nutrition*, 26(S1), pp. s20–s31. doi: 10.1017/S1368980023000356.
7. Mulasari, S. A. *et al.* (2023) 'Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Serta Pengendaliannya Di RT 20, 22, dan 26 Dusun Wonocatur, Bantul Tahun 2023', *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, 4(4), pp. 3736–3742.
8. Notoatmodjo, S. (2018) *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. 3rd edn. Jakarta: Rineka Cipta.
9. Ouyang, W. *et al.* (2024) 'Status and influential factors of health literacy in patients with ischemic stroke: A cross-sectional study', *PLOS ONE*. Edited by W.-J. Tu, 19(7), p. e0307928. doi: 10.1371/journal.pone.0307928.
10. Rahmania, R. *et al.* (2024) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku Kader Kesehatan Pada Penemuan Kasus Baru Tb Paru dan Putus Obat Tb Paru', *Jurnal Keperawatan Terapan*, 10(2), pp. 116–126.
11. Rahmayanti, D., Tahlil, T. and Diba, F. (2024) 'Peningkatan Pengetahuan dan Skill Kader Kesehatan melalui Edukasi tentang Hipertensi dan Simulasi Terkait Teknik Komunikasi Efektif', *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(2), pp. 569–574. doi: <https://doi.org/10.37287/jpppp.v6i2.3070>.

12. Rispawati, B. H. *et al.* (2023) 'Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat Tentang Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Pesisir Di Kelurahan Bintaro Wilayah Kerja Puskesmas Ampenan', *Jurnal Abdi Kesehatan dan Kedokteran*, 2(1), pp. 19–24. doi: 10.55018/jakk.v2i1.11.
13. Sukesie, N. *et al.* (2024) 'Pengaruh Edukasi terhadap Dukungan Keluarga dalam Pengelolaan Hipertensi pada Lansia di UPTD Puskesmas Jekan Raya , Palangka Raya', 2(3).
14. Vélez-López, A. *et al.* (2025) 'Impact of a community-based educational intervention on the knowledge of palliative care: a pretest-posttest study', *BMC Nursing*, 24(1), p. 749. doi: 10.1186/s12912-025-03342-z.
15. Zhang, X. *et al.* (2024) 'Association of educational attainment with hypertension and type-2 diabetes: A Mendelian randomization study', *SSM - Population Health*, 25, p. 101585. doi: 10.1016/j.ssmph.2023.101585.