

PENERAPAN EDUKASI KESEHATAN TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN PENGENDALIAN TEKANAN DARAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MACCINI SAWAH

Nia Kurniaty,¹ Sudarman,² Brajakson Siokal,³ Andi Mappanganro⁴

^{1,2,3,4} Program Studi Profesi Ners, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim
Indonesia, Indonesia.

Correspondensi author: niichabieo2@gmail.com

Abstract

Hypertension is a prevalent non-communicable disease that can lead to various complications if left uncontrolled. Limited knowledge regarding hypertension and blood pressure management can hinder the community's ability to maintain their health. This study aimed to implement health education to improve knowledge and blood pressure control among hypertensive patients in the working area of the Maccini Sawah Community Health Center (Puskesmas). A pre- and post-test approach was employed with five hypertensive respondents. Assessments involved a knowledge questionnaire and blood pressure measurements taken before and after the intervention. Health education was delivered via a door-to-door counseling method using leaflets containing information on hypertension, blood pressure measurement and control, healthy lifestyle practices, and complication prevention. The results indicated that prior to the education, two respondents (40%) possessed good knowledge, while three (60%) had poor knowledge. Following the education, the number of respondents with good knowledge increased to four (80%). Furthermore, measurements showed that the respondents' blood pressure levels were lower after the education compared to before. In conclusion, the implementation of health education through counseling and leaflets can enhance knowledge and assist in blood pressure control among hypertensive patients.

Keywords: health education, hypertension, leaflet, knowledge, blood pressure

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang banyak terjadi di masyarakat dan dapat menimbulkan berbagai komplikasi apabila tidak dikendalikan. Rendahnya pengetahuan mengenai hipertensi dan cara pengendalian tekanan darah dapat menjadi salah satu faktor yang memengaruhi kemampuan masyarakat dalam menjaga kesehatannya. Tujuan penelitian ini adalah menerapkan edukasi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah. Kegiatan menggunakan pendekatan pre-post test pada 5 responden penderita hipertensi. Pengkajian dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan dan pemeriksaan tekanan darah sebelum dan setelah intervensi. Edukasi kesehatan diberikan secara door to door melalui metode penyuluhan dengan menggunakan media leaflet yang berisi informasi mengenai

hipertensi, cara pengukuran dan pengendalian tekanan darah, pola hidup sehat, serta pencegahan komplikasi. Hasil menunjukkan bahwa sebelum edukasi terdapat 2 responden (40%) dengan pengetahuan baik dan 3 responden (60%) dengan pengetahuan kurang. Setelah diberikan edukasi, jumlah responden dengan pengetahuan baik meningkat menjadi 4 responden (80%). Selain itu, hasil pengukuran menunjukkan tekanan darah responden setelah edukasi lebih rendah dibandingkan sebelum edukasi. Kesimpulannya, penerapan edukasi kesehatan melalui penulisan dan leaflet dapat meningkatkan pengetahuan serta membantu pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata Kunci : edukasi kesehatan, hipertensi, leaflet, pengetahuan, tekanan darah

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi permasalahan kesehatan masyarakat karena memiliki prevalensi tinggi, berlangsung secara kronis, serta berhubungan erat dengan peningkatan risiko berbagai komplikasi kardiovaskular. Hipertensi sering disebut sebagai *silent killer* karena sebagian besar penderita tidak mengalami gejala yang khas sehingga kondisi tersebut dapat berlangsung tanpa disadari sampai terjadi kerusakan organ target. Peningkatan tekanan darah yang tidak terkendali dapat berdampak terhadap jantung, otak, ginjal, pembuluh darah, dan organ lainnya. *World Health Organization* (WHO, 2019) menempatkan hipertensi sebagai salah satu masalah kesehatan penting yang membutuhkan deteksi, pengobatan, dan pengendalian secara berkelanjutan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penanggulangan hipertensi tidak cukup hanya berorientasi pada pengobatan ketika seseorang telah mengalami peningkatan tekanan darah, tetapi juga membutuhkan upaya promotif dan preventif melalui peningkatan pengetahuan serta perubahan perilaku kesehatan. Dalam konteks keperawatan, edukasi kesehatan menjadi salah satu pendekatan penting untuk membantu individu dan masyarakat memahami penyakit, mengenali faktor risiko, melakukan pemeriksaan tekanan darah secara teratur, serta menerapkan perilaku yang mendukung pengendalian tekanan darah.

Permasalahan hipertensi menjadi semakin kompleks karena pengendaliannya dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pengetahuan, pola makan, aktivitas fisik, kebiasaan merokok, stres, kepatuhan terhadap pengobatan, serta kemampuan individu dalam melakukan perawatan diri. Pengetahuan yang memadai merupakan salah satu dasar terbentuknya perilaku kesehatan yang tepat. Seseorang yang memahami pengertian hipertensi, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, serta cara pengendaliannya diharapkan memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengambil keputusan kesehatan. Sebaliknya, keterbatasan informasi dapat menyebabkan seseorang mengabaikan kondisi tekanan darah yang meningkat atau tidak memahami pentingnya pemeriksaan dan pengendalian secara rutin. Parmilah et al. (2022) menunjukkan bahwa edukasi mengenai diet pada penderita hipertensi dapat

digunakan untuk mengatasi masalah defisit pengetahuan dan membantu individu memahami pengelolaan hipertensi. Hal ini memperlihatkan bahwa edukasi bukan hanya berfungsi sebagai penyampaian informasi, tetapi juga merupakan bagian dari intervensi keperawatan untuk meningkatkan kemampuan individu dalam mengelola kondisi kesehatannya. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan perlu ditempatkan sebagai salah satu komponen penting dalam strategi pengendalian hipertensi di masyarakat.

Dalam konteks Indonesia, hipertensi juga menjadi salah satu penyakit tidak menular yang membutuhkan perhatian serius. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun berdasarkan pengukuran tekanan darah mencapai 30,8%, sedangkan berdasarkan diagnosis dokter sebesar 8,6%. Perbedaan tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara kondisi tekanan darah yang terukur dan status hipertensi yang diketahui atau didiagnosis oleh masyarakat. Kesenjangan ini memperlihatkan bahwa masih terdapat persoalan dalam kesadaran masyarakat mengenai status kesehatan dan hipertensi yang dialaminya. Kementerian Kesehatan RI menekankan pentingnya peningkatan kesadaran masyarakat sebagai bagian dari upaya pencegahan komplikasi penyakit tidak menular. Dalam kerangka pelayanan kesehatan primer, kondisi tersebut menempatkan Puskesmas pada posisi strategis untuk memberikan pelayanan promotif, preventif, kuratif, dan edukatif kepada masyarakat. Oleh karena itu, pemberian edukasi yang sederhana, mudah dipahami, dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari menjadi salah satu pendekatan yang relevan dalam mendukung pengendalian hipertensi di tingkat komunitas.

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa edukasi kesehatan memiliki potensi dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi. Adiatman dan Nursasi (2020) melaporkan bahwa edukasi berperan dalam meningkatkan pengetahuan mengenai risiko tekanan darah tinggi, pengobatan, efek samping obat, risiko hipertensi terhadap ginjal dan mata, pencegahan hipertensi, serta prosedur pengukuran tekanan darah. Temuan tersebut memperkuat bahwa informasi yang diberikan secara sistematis dapat meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai berbagai aspek pengendalian hipertensi. Penelitian Muchtar et al. (2022) juga menunjukkan bahwa edukasi pencegahan dan pengendalian hipertensi menggunakan leaflet dapat menjadi media yang membantu penyampaian informasi kepada penderita hipertensi. Media leaflet memiliki kelebihan karena informasi dapat disajikan secara ringkas, jelas, dan dapat dibaca kembali oleh sasaran setelah kegiatan edukasi selesai. Sejalan dengan hal tersebut, Jatmika et al. (2020) menjelaskan bahwa leaflet merupakan media promosi kesehatan yang dapat memadukan tulisan dan gambar sehingga pesan kesehatan dapat disampaikan secara lebih menarik dan mudah dipahami. Sementara itu, Dwiningrum dan Fauzia (2022) menunjukkan bahwa penggunaan media edukasi dalam penyampaian informasi kesehatan dapat

meningkatkan pengetahuan sasaran. Berbagai temuan tersebut menunjukkan bahwa edukasi dengan dukungan media merupakan pendekatan yang relevan dalam promosi kesehatan, khususnya ketika sasaran membutuhkan informasi praktis yang dapat digunakan secara mandiri.

Meskipun penelitian terdahulu telah menunjukkan manfaat edukasi kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan mengenai hipertensi, masih terdapat ruang untuk memperkuat penerapannya pada konteks komunitas dan pelayanan kesehatan primer. Beberapa penelitian lebih banyak menitikberatkan pada peningkatan pengetahuan atau perubahan sikap, sedangkan penelitian ini menghubungkan peningkatan pengetahuan dengan pengendalian tekanan darah secara langsung pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas. Penelitian Megawati Sibulo et al. (2025) mengenai edukasi pencegahan dan pengendalian hipertensi pada masyarakat di Desa Lemo Ape Kecamatan Palakka Kabupaten Bone memperlihatkan pentingnya kegiatan edukasi berbasis masyarakat dalam meningkatkan pemahaman mengenai hipertensi. Penelitian Wijaya dan Yuswantina (2024) juga menunjukkan penggunaan media leaflet sebagai salah satu bentuk edukasi kesehatan. Namun, karakteristik masyarakat, lingkungan pelayanan kesehatan, metode pelaksanaan, dan kebutuhan informasi pada setiap wilayah dapat berbeda. Oleh sebab itu, penerapan edukasi secara *door to door* dengan kombinasi metode ceramah dan leaflet di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah memiliki keunikan tersendiri karena edukasi diberikan secara langsung kepada penderita hipertensi di lingkungan tempat tinggalnya. Pendekatan tersebut memungkinkan pemberi edukasi melakukan komunikasi secara lebih personal, memberikan kesempatan bertanya, sekaligus memberikan leaflet yang dapat dipelajari kembali oleh responden. Pendekatan ini juga relevan dengan peran keperawatan komunitas sebagai fasilitator dalam menjembatani informasi kesehatan agar lebih mudah dipahami dan diterapkan oleh masyarakat (Adiatman & Nursasi, 2020; Jatmika et al., 2020).

Konteks lokal semakin memperkuat urgensi penelitian ini. Wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah mencakup Kelurahan Maccini Sawah, Maccini Parang, dan Maccini Gusung. Kegiatan awal dalam penelitian menunjukkan bahwa responden yang menjadi sasaran memiliki tekanan darah di atas 140/90 mmHg. Selain itu, hanya 2 responden (40%) yang sebelumnya pernah mendapatkan edukasi mengenai hipertensi, sedangkan 3 responden (60%) belum pernah mendapatkan edukasi. Hasil pengkajian awal melalui kuesioner menunjukkan bahwa dari 10 pertanyaan pengetahuan, jawaban benar secara keseluruhan sebesar 58%, sedangkan jawaban salah sebesar 42%. Berdasarkan klasifikasi yang digunakan dalam penelitian, terdapat 2 responden (40%) dengan pengetahuan baik dan 3 responden (60%) dengan pengetahuan kurang. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kebutuhan nyata terhadap pemberian informasi kesehatan yang terarah mengenai hipertensi, pencegahan komplikasi, pola hidup sehat, serta pengendalian tekanan darah. Pelaksanaan edukasi secara *door to door*

juga menjadi pendekatan yang sesuai dengan kondisi lapangan karena memungkinkan pemberian informasi secara langsung kepada penderita hipertensi. Dalam pelaksanaannya, waktu diskusi memang relatif terbatas, sehingga penggunaan leaflet menjadi penting sebagai media yang memungkinkan responden memperoleh informasi secara lebih lengkap dan membacanya kembali secara mandiri.

Berdasarkan *state of the art* tersebut, penelitian ini memiliki keunikan pada integrasi edukasi kesehatan, media leaflet, pendekatan *door to door*, peningkatan pengetahuan, dan pengamatan terhadap pengendalian tekanan darah dalam konteks keperawatan komunitas di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah. Penelitian tidak hanya memandang pengetahuan sebagai hasil akhir edukasi, tetapi menempatkannya sebagai bagian dari proses yang diharapkan dapat mendukung kemampuan masyarakat dalam mengendalikan tekanan darah. Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa edukasi mengenai faktor risiko, pola hidup sehat, pengaturan diet, dan pengelolaan hipertensi merupakan bagian penting dari intervensi keperawatan untuk mengatasi masalah defisit pengetahuan dan mendukung pengelolaan kesehatan masyarakat (Parmilah et al., 2022). Dengan demikian, penerapan edukasi kesehatan di tingkat komunitas diharapkan dapat menjadi salah satu upaya praktis yang dapat dilakukan perawat bersama Puskesmas dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat dan mendukung pengendalian hipertensi. Berdasarkan uraian tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk menerapkan edukasi kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan dan mendukung pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan penerapan intervensi edukasi kesehatan menggunakan rancangan *pre-post test*. Pendekatan ini digunakan untuk menggambarkan penerapan edukasi kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan dan mendukung pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi. Pengukuran dilakukan sebelum dan setelah pemberian edukasi untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan dan kondisi tekanan darah responden. Edukasi kesehatan diberikan sebagai intervensi keperawatan komunitas dengan materi yang berfokus pada pengenalan hipertensi, faktor risiko, komplikasi, pencegahan, serta upaya pengendalian tekanan darah melalui penerapan pola hidup sehat. Pemilihan pendekatan ini disesuaikan dengan tujuan penelitian yang berorientasi pada penerapan tindakan edukatif secara langsung kepada masyarakat penderita hipertensi.

Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar pada tahun 2025, dengan pelaksanaan kegiatan pada tanggal 21 Mei 2025. Subjek dalam penelitian ini adalah 5 orang penderita hipertensi yang berada di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah. Pemilihan responden didasarkan pada kesesuaian

kondisi dengan fokus penelitian, yaitu penderita hipertensi yang memiliki tekanan darah di atas 140/90 mmHg dan menjadi sasaran pemberian edukasi mengenai pencegahan serta pengendalian hipertensi. Berdasarkan pengkajian awal, sebanyak 2 responden (40%) telah mendapatkan edukasi kesehatan mengenai hipertensi sebelumnya, sedangkan 3 responden (60%) belum pernah mendapatkan edukasi kesehatan mengenai hipertensi.

Pengumpulan data dilakukan melalui pengkajian langsung, wawancara, pengukuran tekanan darah, serta pengisian kuesioner pengetahuan tentang hipertensi. Pengkajian awal dilakukan untuk memperoleh gambaran kondisi responden dan pengalaman sebelumnya dalam memperoleh informasi mengenai hipertensi. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum pemberian edukasi sebagai data awal dan kembali dilakukan setelah intervensi untuk melihat perubahan kondisi tekanan darah. Tingkat pengetahuan diukur menggunakan kuesioner yang terdiri atas 10 pertanyaan mengenai pengertian hipertensi, tekanan darah normal, komplikasi hipertensi, gejala, faktor keturunan, pencegahan, penggunaan obat, pembatasan garam, pemeriksaan tekanan darah secara rutin, serta kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol. Berdasarkan kriteria yang digunakan dalam penelitian, responden yang menjawab lebih dari 5 pertanyaan dengan benar dikategorikan memiliki pengetahuan baik, sedangkan responden dengan jumlah jawaban benar kurang dari 5 dikategorikan memiliki pengetahuan kurang.

Intervensi yang diberikan berupa edukasi kesehatan mengenai pencegahan dan pengendalian hipertensi. Edukasi dilaksanakan secara *door to door* melalui kunjungan langsung kepada responden dan menggunakan metode ceramah dengan media leaflet. Materi edukasi meliputi pengertian dan klasifikasi hipertensi, faktor risiko, komplikasi akibat tekanan darah yang tidak terkontrol, pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara rutin, pengaturan pola makan, aktivitas fisik, istirahat yang cukup, pengelolaan stres, serta perilaku hidup sehat. Edukasi juga menekankan upaya pencegahan melalui perilaku CERDIK, yaitu pemeriksaan kesehatan secara rutin, menghindari paparan asap rokok, melakukan aktivitas fisik, menerapkan pola makan seimbang, memperoleh istirahat yang cukup, dan mengelola stres. Penggunaan leaflet dimaksudkan untuk membantu responden memperoleh informasi secara lebih ringkas dan jelas serta memungkinkan materi dipelajari kembali setelah kegiatan edukasi selesai. Hal tersebut juga sesuai dengan pemanfaatan leaflet sebagai media promosi kesehatan yang dapat memadukan informasi berupa tulisan dan gambar (Jatmika et al., 2020).

Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan hasil pengukuran sebelum dan setelah pemberian edukasi kesehatan. Analisis tingkat pengetahuan dilakukan dengan melihat perubahan kategori pengetahuan responden berdasarkan jumlah jawaban benar pada kuesioner. Analisis tekanan darah dilakukan dengan membandingkan hasil pengukuran tekanan darah sebelum dan setelah intervensi

edukasi. Hasil analisis selanjutnya disajikan dalam bentuk uraian naratif untuk menggambarkan perubahan pengetahuan dan tekanan darah responden setelah diberikan edukasi kesehatan. Pada pengkajian awal, terdapat 2 responden (40%) dengan pengetahuan baik dan 3 responden (60%) dengan pengetahuan kurang. Setelah pemberian edukasi, jumlah responden dengan pengetahuan baik meningkat menjadi 4 orang (80%).

Keabsahan informasi dalam penerapan ini didukung dengan membandingkan hasil pengkajian yang diperoleh melalui beberapa sumber dan metode pengumpulan data, yaitu informasi dari responden, hasil wawancara, pengisian kuesioner, observasi, serta hasil pengukuran tekanan darah. Perbandingan tersebut dilakukan untuk memperoleh gambaran yang lebih menyeluruh mengenai kondisi responden sebelum dan setelah pemberian edukasi. Hasil penerapan kemudian disajikan secara naratif dan dibandingkan dengan konsep hipertensi, konsep edukasi kesehatan, keperawatan komunitas, serta hasil penelitian terdahulu yang relevan. Dengan pendekatan tersebut, penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai penerapan edukasi kesehatan sebagai salah satu intervensi keperawatan komunitas dalam meningkatkan pengetahuan dan mendukung pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Penerapan edukasi kesehatan dilaksanakan pada tanggal 21 Mei 2025 di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar. Kegiatan ditujukan kepada penderita hipertensi yang menjadi sasaran penerapan edukasi mengenai pencegahan dan pengendalian hipertensi. Pelaksanaan dilakukan secara *door to door* melalui kunjungan langsung kepada responden. Sebanyak 5 orang penderita hipertensi menjadi responden dalam penerapan ini. Seluruh responden pada pengkajian awal memiliki tekanan darah di atas 140/90 mmHg. Kegiatan diawali dengan pengkajian kondisi responden, pemeriksaan tekanan darah, pengukuran tingkat pengetahuan menggunakan kuesioner, pemberian edukasi kesehatan, kemudian dilanjutkan dengan pengukuran kembali setelah intervensi.

Berdasarkan hasil pengkajian awal, dari 5 responden terdapat 2 orang (40%) yang sebelumnya telah mendapatkan edukasi kesehatan mengenai hipertensi, sedangkan 3 orang (60%) belum pernah memperoleh edukasi kesehatan mengenai hipertensi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden belum memperoleh informasi kesehatan yang memadai mengenai hipertensi sebelum pelaksanaan intervensi. Hasil wawancara awal juga menunjukkan bahwa terdapat responden yang telah merasakan gejala yang berkaitan dengan hipertensi, tetapi cenderung mengabaikannya dan tidak segera melakukan pemeriksaan ke fasilitas pelayanan kesehatan.

Pengukuran tingkat pengetahuan dilakukan menggunakan kuesioner yang terdiri atas 10 pertanyaan. Pertanyaan mencakup pengertian hipertensi, tekanan darah normal, komplikasi hipertensi, gejala, faktor keturunan, pencegahan, penggunaan obat, pembatasan konsumsi garam, pemeriksaan tekanan darah secara rutin, serta risiko merokok dan konsumsi alkohol. Berdasarkan kriteria yang digunakan, responden dengan jawaban benar lebih dari 5 pertanyaan dikategorikan memiliki pengetahuan baik, sedangkan responden dengan jawaban benar kurang dari 5 pertanyaan dikategorikan memiliki pengetahuan kurang.

Pada pengukuran sebelum edukasi, diperoleh 2 responden (40%) yang memiliki pengetahuan baik dan 3 responden (60%) yang memiliki pengetahuan kurang. Secara keseluruhan, jawaban benar responden pada pengukuran awal sebesar 58%, sedangkan jawaban yang salah sebesar 42%. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa pemahaman responden mengenai hipertensi belum merata. Masih terdapat responden yang belum memiliki pengetahuan memadai mengenai faktor risiko, pencegahan, pengobatan, serta tindakan yang perlu dilakukan untuk mengendalikan tekanan darah.

Setelah dilakukan edukasi kesehatan, terjadi perubahan tingkat pengetahuan responden. Jumlah responden yang berada pada kategori pengetahuan baik meningkat dari 2 orang (40%) menjadi 4 orang (80%), sedangkan responden dengan pengetahuan kurang menurun dari 3 orang (60%) menjadi 1 orang (20%). Dengan demikian, terdapat peningkatan proporsi responden dengan pengetahuan baik sebesar 40 poin persentase setelah diberikan edukasi kesehatan. Hasil evaluasi juga menunjukkan bahwa responden mampu menjawab pertanyaan dengan benar setelah memperoleh materi edukasi dan memahami pentingnya melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin.

Selain perubahan pengetahuan, hasil evaluasi menunjukkan bahwa tekanan darah responden setelah diberikan edukasi lebih rendah dibandingkan dengan hasil pengukuran sebelum edukasi. Pada pengkajian awal, seluruh responden memiliki tekanan darah di atas 140/90 mmHg. Nilai tekanan darah sebelum edukasi pada masing-masing responden adalah 145/95 mmHg, 155/98 mmHg, 155/90 mmHg, 151/95 mmHg, dan 145/90 mmHg. Setelah edukasi dilakukan pengukuran kembali dan hasilnya menunjukkan tekanan darah adalah 132/90 mmHg, 120/88 mmHg, 145/90 mmHg, 131/95 mmHg, dan 130/80 mmHg.

PEMBAHASAN

Hasil penerapan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan penderita hipertensi. Perubahan terlihat dari meningkatnya jumlah responden dengan kategori pengetahuan baik dari 40% sebelum edukasi menjadi 80% setelah edukasi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa pemberian informasi kesehatan secara langsung dapat membantu responden memahami hipertensi dan

berbagai upaya yang dapat dilakukan untuk mengendalikannya. Peningkatan pengetahuan menjadi salah satu hasil penting karena pengetahuan merupakan dasar bagi seseorang dalam memahami kondisi kesehatan, mengenali faktor risiko, serta menentukan tindakan yang tepat dalam mempertahankan kesehatan.

Kondisi awal responden memperlihatkan bahwa masih terdapat kesenjangan informasi mengenai hipertensi. Sebanyak 60% responden belum pernah mendapatkan edukasi kesehatan mengenai hipertensi dan pada pengukuran awal sebanyak 60% responden berada pada kategori pengetahuan kurang. Kedua kondisi tersebut memperlihatkan adanya kesesuaian antara kurangnya paparan informasi dengan belum optimalnya tingkat pengetahuan responden. Hal ini juga menjadi dasar penetapan masalah keperawatan berupa defisit pengetahuan yang berhubungan dengan kurang terpapar informasi. Dalam konteks keperawatan komunitas, kondisi tersebut menunjukkan pentingnya perawat tidak hanya memberikan pelayanan ketika masyarakat mengalami masalah kesehatan, tetapi juga melakukan tindakan promotif dan preventif melalui pemberian informasi yang mudah dipahami dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Peningkatan pengetahuan setelah edukasi sejalan dengan penelitian Adiatman dan Nursasi (2020) yang menunjukkan bahwa edukasi mengenai pencegahan dan pengendalian hipertensi dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat. Peningkatan tersebut mencakup berbagai aspek, antara lain risiko yang berhubungan dengan tekanan darah tinggi, penggunaan atau pengobatan, risiko hipertensi terhadap organ seperti ginjal dan mata, pencegahan hipertensi, serta prosedur pengukuran tekanan darah. Dengan demikian, edukasi tidak hanya memberikan pengetahuan mengenai definisi penyakit, tetapi juga membantu masyarakat memahami tindakan yang dapat dilakukan untuk mengendalikan kondisi hipertensi.

Temuan penelitian ini juga memperkuat hasil penelitian Parmilah et al. (2022) yang menunjukkan bahwa edukasi dapat digunakan untuk mengatasi masalah defisit pengetahuan mengenai program diet hipertensi. Edukasi memberikan kesempatan kepada penderita hipertensi untuk memperoleh informasi yang lebih sistematis mengenai pengelolaan penyakitnya. Dalam penerapan ini, materi edukasi tidak hanya membahas pola makan, tetapi juga mencakup pengertian hipertensi, komplikasi, pemeriksaan tekanan darah, aktivitas fisik, istirahat, pengelolaan stres, serta perilaku hidup sehat. Dengan materi yang lebih komprehensif, responden memperoleh gambaran bahwa pengendalian hipertensi membutuhkan perhatian terhadap berbagai aspek perilaku kesehatan, bukan hanya bergantung pada pengobatan.

Keberhasilan peningkatan pengetahuan dalam penerapan ini juga tidak terlepas dari metode dan media yang digunakan. Edukasi dilakukan dengan metode ceramah secara langsung melalui pendekatan door to door. Pendekatan tersebut memungkinkan pemberi edukasi berinteraksi secara langsung dengan responden sehingga materi dapat disampaikan secara lebih personal. Responden juga diberikan

kesempatan untuk bertanya mengenai informasi yang belum dipahami. Meskipun demikian, pelaksanaan *door to door* memiliki keterbatasan berupa waktu diskusi yang relatif terbatas. Keterbatasan tersebut diantisipasi dengan memberikan leaflet yang berisi materi edukasi secara lebih lengkap sehingga responden dapat membaca kembali informasi setelah kegiatan selesai.

Penggunaan leaflet menjadi salah satu aspek penting dalam pelaksanaan edukasi. Jatmika et al. (2020) menjelaskan bahwa leaflet merupakan media promosi kesehatan berbentuk lembaran yang dapat memuat tulisan, gambar, maupun kombinasi keduanya. Karakteristik tersebut membuat leaflet dapat digunakan untuk menyampaikan pesan kesehatan secara ringkas dan mudah dipahami. Dalam konteks penerapan ini, leaflet berfungsi sebagai media pendukung ceramah sekaligus sebagai bahan yang dapat dipelajari kembali oleh responden secara mandiri. Hal ini menjadi penting karena perubahan pengetahuan tidak hanya diharapkan terjadi selama proses penyuluhan, tetapi juga dapat dipertahankan melalui kesempatan untuk mengakses kembali informasi yang telah diberikan.

Hasil tersebut sejalan dengan Muchtar et al. (2022) yang menggunakan leaflet dalam edukasi pencegahan dan pengendalian hipertensi pada penderita hipertensi. Penggunaan leaflet memiliki keunggulan karena relatif sederhana, mudah dibawa, dan dapat disebarluaskan kepada masyarakat. Dalam penerapan ini, keunggulan tersebut menjadi semakin relevan karena kegiatan dilakukan dari rumah ke rumah sehingga waktu interaksi dengan masing-masing responden terbatas. Dengan adanya leaflet, informasi yang tidak seluruhnya dapat dibahas secara mendalam selama kunjungan tetap dapat dibaca dan dipelajari kembali oleh responden.

Peningkatan pengetahuan juga dapat dilihat sebagai bagian dari proses perubahan kemampuan responden dalam melakukan manajemen kesehatan. Sebelum edukasi, sebagian responden belum mengetahui secara optimal pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Setelah edukasi, responden menunjukkan pemahaman mengenai pentingnya melakukan pemeriksaan tekanan darah dan mengetahui cara mengendalikan tekanan darah. Kondisi tersebut mendukung evaluasi masalah keperawatan kedua, yaitu manajemen kesehatan yang tidak efektif yang berhubungan dengan kurang terpapar informasi. Setelah diberikan edukasi, responden mampu menjawab pertanyaan dengan lebih baik dan memahami pentingnya melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin.

Perubahan pengetahuan tersebut memiliki keterkaitan dengan upaya pengendalian tekanan darah. Pengetahuan yang lebih baik memungkinkan penderita hipertensi memahami mengapa tekanan darah perlu dipantau secara rutin, mengapa pola hidup sehat perlu dipertahankan, serta mengapa pengobatan dan tindakan pengendalian tidak seharusnya dihentikan secara sembarangan. Dalam kuesioner penelitian, aspek-aspek tersebut tercermin melalui pertanyaan mengenai pembatasan garam, pemeriksaan tekanan darah, penggunaan obat, pola hidup sehat, merokok,

dan konsumsi alkohol. Oleh karena itu, peningkatan kemampuan menjawab pertanyaan setelah edukasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman terhadap perilaku yang berkaitan dengan pengendalian hipertensi.

Selain peningkatan pengetahuan, hasil penerapan menunjukkan adanya perubahan tekanan darah ke arah yang lebih rendah setelah pemberian edukasi. Hasil ini perlu dipahami secara hati-hati karena pengukuran dilakukan pada jumlah responden yang sangat terbatas, yaitu 5 orang. Oleh karena itu, hasil penelitian ini belum dapat digunakan untuk menentukan besarnya penurunan tekanan darah atau membuktikan hubungan sebab-akibat secara statistik. Meskipun demikian, secara deskriptif temuan tersebut menunjukkan adanya perubahan kondisi tekanan darah setelah intervensi edukasi dan mendukung tujuan penerapan edukasi sebagai bagian dari upaya pengendalian hipertensi. Namun, penurunan tekanan darah tidak dapat dipahami hanya sebagai akibat langsung dari peningkatan pengetahuan. Tekanan darah merupakan kondisi yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk aktivitas fisik, pola makan, stres, kepatuhan terhadap pengobatan, kebiasaan merokok, istirahat, dan kondisi fisiologis individu. Dalam penerapan ini, edukasi memberikan informasi mengenai berbagai faktor tersebut melalui materi pencegahan dan pengendalian hipertensi, termasuk perilaku CERDIK, yaitu cek kesehatan secara rutin, enyahkan asap rokok, rajin aktivitas fisik, diet seimbang, istirahat yang cukup, dan kelola stres.

Dari perspektif keperawatan komunitas, hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dapat menjadi salah satu intervensi promotif dan preventif yang penting dalam pengelolaan hipertensi. Perawat memiliki peran sebagai edukator, pendamping, dan fasilitator dalam membantu masyarakat memperoleh informasi kesehatan yang benar dan aplikatif. Pendekatan door to door juga memberikan keuntungan karena edukasi dapat diberikan langsung kepada masyarakat yang mungkin memiliki keterbatasan dalam mengakses informasi kesehatan. Dengan demikian, intervensi edukasi dapat menjadi bagian dari upaya pemberdayaan masyarakat dalam meningkatkan kemampuan melakukan pengelolaan kesehatan secara mandiri. Pemberian edukasi mengenai hipertensi juga penting karena penyakit ini dapat berkembang tanpa keluhan yang dirasakan secara jelas oleh penderita. Dalam hasil pengkajian awal, terdapat responden yang telah merasakan gejala tetapi mengabaikannya dan tidak segera melakukan pemeriksaan. Situasi tersebut menunjukkan bahwa keberadaan gejala tidak selalu mendorong seseorang untuk mencari pertolongan kesehatan. Oleh sebab itu, edukasi perlu menekankan bahwa pemantauan tekanan darah tetap diperlukan meskipun seseorang merasa sehat. Pemeriksaan secara rutin memungkinkan seseorang mengetahui kondisi tekanan darahnya dan mengambil tindakan lebih dini apabila terjadi peningkatan.

Hasil penerapan ini juga memperlihatkan bahwa edukasi yang sederhana dan terstruktur dapat memberikan manfaat pada kelompok masyarakat dengan jumlah

kecil. Materi yang diberikan mencakup pengenalan hipertensi, komplikasi, cara pengendalian, pola hidup sehat, serta penggunaan media leaflet. Peningkatan jumlah responden dengan pengetahuan baik dari 2 menjadi 4 orang menunjukkan bahwa sebagian besar responden dapat memahami materi yang diberikan. Hal ini mendukung penggunaan edukasi kesehatan sebagai salah satu tindakan keperawatan untuk mengatasi masalah defisit pengetahuan dan meningkatkan kemampuan manajemen kesehatan penderita hipertensi. Meskipun demikian, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam menginterpretasikan hasil. Jumlah responden hanya 5 orang sehingga hasil tidak dapat digeneralisasikan kepada seluruh penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah maupun populasi yang lebih luas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat melibatkan jumlah responden yang lebih besar, periode pemantauan yang lebih panjang, serta pencatatan nilai tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi secara lengkap. Apabila memungkinkan, penelitian berikutnya juga dapat menggunakan analisis statistik yang sesuai untuk menguji perubahan tekanan darah dan pengetahuan secara lebih objektif.

KESIMPULAN

Penerapan edukasi kesehatan pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Maccini Sawah menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dapat membantu meningkatkan pengetahuan serta mendukung upaya pengendalian tekanan darah. Sebelum diberikan edukasi, masih ditemukan responden yang memiliki pengetahuan kurang mengenai hipertensi dan sebagian belum pernah memperoleh informasi kesehatan sebelumnya. Setelah diberikan edukasi melalui metode ceramah dengan media leaflet, pemahaman responden mengenai hipertensi, pencegahan, pemeriksaan tekanan darah, pola hidup sehat, serta upaya pengendalian hipertensi menjadi lebih baik. Perubahan pengetahuan tersebut disertai dengan kondisi tekanan darah yang lebih rendah setelah edukasi dibandingkan sebelum edukasi. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan merupakan bagian penting dari intervensi keperawatan komunitas karena tidak hanya berperan dalam meningkatkan pemahaman penderita hipertensi, tetapi juga dapat mendorong kesadaran untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin dan menerapkan perilaku hidup sehat sebagai bagian dari pengendalian hipertensi. Dengan demikian, edukasi kesehatan melalui pendekatan langsung dan media leaflet dapat digunakan sebagai salah satu upaya promotif dan preventif dalam membantu penderita hipertensi meningkatkan kemampuan pengelolaan kesehatannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiatman, A., & Nursasi, A. Y. (2020). Efektifitas edukasi dalam pencegahan dan pengendalian hipertensi. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 11(3), 228–232.
- Dwiningrum, Y., & Fauzia, F. R. (2022). Efektivitas video edukasi anemia gizi besi terhadap pengetahuan remaja putri di Bantul. *Jurnal Medika Indonesia*, 3(2), 33–40.
- Jatmika, S. E. D., Maulana, M., Kuntoro, & Martini, S. (2019). *Buku ajar pengembangan media promosi kesehatan*. K-Media.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2020*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2020*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Megawati Sibulo, M., Mas'ud, A., Najman, N., & Nofriati, A. S. U. (2025). Edukasi tentang pencegahan dan pengendalian hipertensi pada masyarakat di Desa Lemo Ape Kecamatan Palakka Kabupaten Bone. *Compromise Journal: Community Professional Service Journal*, 3(1), 131–138.
- Muchtar, F., Effendy, D. S., Lisnawaty, L., & Kohali, R. E. S. O. (2022). Edukasi pencegahan dan pengendalian hipertensi menggunakan leaflet Kemenkes pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Mokoau. *Indonesia Berdaya*, 3(3), 577–586.
- Parmilah, Maryani, A., & Wulandari, T. S. (2022). Studi kasus: Edukasi diet atasi masalah defisit pengetahuan tentang program diet hipertensi. *Jurnal Keperawatan Karya Bakti*, 8(2), 50–55.
- Patoding, S., Fadli, F., & Armawati, A. (2024). Faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup pada pasien hipertensi. *Mega Buana Journal of Nursing*, 3(1), 1–10.
- Wijaya, L. A., & Yuswantina, R. (2024). Pengaruh pemberian edukasi menggunakan media leaflet terhadap pengetahuan pasien hipertensi di Puskesmas Leyangan. *Journal of Holistics and Health Sciences*, 6(1), 64–72.
- World Health Organization. (2019). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>