



STRATEGI KOMUNIKATIF DAN SCREENING HIPERTESI DI KELURAHAN PASAR PAGI

Nurul Magfirah Julianty Nasma¹, Siti Hosiah², Putri Apriliani Wahyu³, Cintya Kumala Putri⁴, Amanda Putri⁵, Sabila Faiza Zuhra⁶, Mira Massayu Septania⁷, Alya Mulya Saidah⁸, Misliyana Moura⁹, Siti Isnayah Noor¹⁰, Irpan¹¹, Kartika Setia Purdani¹², M. Bachtiar Safrudin¹³

¹⁻¹³ Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

*Penulis Korespondensi: 2311102411090@umkt.ac.id

Abstract. *Hypertension remains a major public health problem that contributes to an increased risk of cardiovascular diseases and other health complications. Limited utilization of routine health examinations and the presence of various hypertension risk factors in the community continue to pose challenges to prevention and control efforts. This community service activity aimed to improve public understanding of hypertension and the importance of early detection through health screening. The activity was conducted in Pasar Pagi Village, Samarinda City District. The program began with a community assessment through interviews and environmental observations, followed by blood pressure screening and health education regarding hypertension and healthy lifestyle practices. A total of five participants aged 20–30 years took part in the activity. The screening results showed that the average blood pressure of participants was 130/80 mmHg. In addition, several hypertension risk factors were identified, including irregular eating habits, lack of physical activity, staying up late, and frequent consumption of high-salt foods. During the activity, participants showed good enthusiasm and actively participated in discussions and question-and-answer sessions. The health screening and educational activities provided an opportunity for participants to better understand hypertension risk factors, the importance of early detection, and the implementation of healthy lifestyle behaviors as preventive measures against hypertension and its complications..*

Keywords: *hypertension, health education, blood pressure screening, early detection, community*

Abstrak. Hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang berkontribusi terhadap peningkatan risiko penyakit kardiovaskular dan komplikasi kesehatan lainnya. Rendahnya pemanfaatan pemeriksaan kesehatan secara rutin serta masih ditemukannya faktor risiko hipertensi dalam masyarakat menjadi tantangan dalam upaya pencegahan dan pengendalian penyakit. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai hipertensi serta pentingnya deteksi dini melalui pemeriksaan kesehatan. Kegiatan dilaksanakan di Kelurahan Pasar Pagi, Kecamatan Samarinda Kota. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pengkajian komunitas melalui wawancara dan observasi lingkungan, dilanjutkan dengan pemeriksaan tekanan darah serta penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi dan pola hidup sehat. Kegiatan diikuti oleh 5 orang peserta berusia 20–30 tahun. Hasil pemeriksaan menunjukkan rata-rata tekanan darah peserta sebesar 130/80 mmHg. Selain itu, ditemukan beberapa faktor risiko hipertensi, antara lain pola makan tidak teratur, kebiasaan begadang, kurang aktivitas fisik, serta konsumsi makanan tinggi garam. Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang baik dan aktif berpartisipasi dalam sesi diskusi dan tanya jawab. Kegiatan pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan memberikan kesempatan bagi masyarakat untuk memahami faktor risiko hipertensi, pentingnya deteksi dini, serta penerapan pola hidup sehat sebagai upaya pencegahan hipertensi dan komplikasinya..

Kata kunci: hipertensi, edukasi kesehatan, skrining tekanan darah, deteksi dini, masyarakat

1. LATAR BELAKANG

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di dunia termasuk di Indonesia. World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi ketika tekanan pada pembuluh darah meningkat secara menetap dengan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau diastolik ≥ 90 mmHg (World Health Organization, 2025). Hipertensi merupakan keadaan dimana tekanan darah sistolik > 140 mmHg dan tekanan darah diastolik > 90 mmHg dengan dua kali pengecekan dalam jeda waktu lima menit dalam kondisi tenang dan cukup istirahat. Hipertensi disebut juga *silent killer* karena sering muncul tanpa gejala (Cahyadi et al., 2022).

Hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko, seperti riwayat keluarga, pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, obesitas, dan stres. Faktor-faktor tersebut dapat meningkatkan risiko terjadinya hipertensi apabila tidak dikendalikan dengan baik. Selain itu, hipertensi yang tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi seperti penyakit jantung, gangguan ginjal, dan gangguan pembuluh darah lainnya (Trianaputri & Rantung, 2025).

Upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi dapat dilakukan melalui pemeriksaan kesehatan secara rutin dan penerapan pola hidup sehat. Skrining hipertensi dan edukasi kesehatan dilakukan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat serta mendorong upaya pencegahan hipertensi. Selain itu, sesi edukasi menekankan pentingnya perubahan gaya hidup dan pemantauan kesehatan secara berkala untuk mencegah komplikasi lebih lanjut (Jamaica et al., 2024).

Kesadaran masyarakat terhadap hipertensi merupakan aspek penting dalam upaya pencegahan dan pengendalian penyakit. Kesadaran tersebut mencakup pemahaman masyarakat mengenai faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, pentingnya deteksi dini, serta perilaku yang mendukung pencegahan dan pengendalian hipertensi. Pengetahuan, sikap, dan praktik kesehatan yang baik diketahui berhubungan dengan meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap hipertensi dan mendorong individu untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin serta menerapkan perilaku hidup sehat (Mashuri et al., 2024).

Salah satu strategi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat adalah melalui intervensi berbasis komunitas berupa edukasi kesehatan dan skrining tekanan darah. Intervensi tersebut bertujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat, memperluas akses deteksi dini, serta mendorong partisipasi aktif masyarakat dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi (Azami-aghdash et al., 2025). Kegiatan skrining tekanan darah juga berperan dalam membantu masyarakat mengenali kondisi kesehatannya dan memahami faktor risiko yang dimiliki sehingga dapat meningkatkan kesadaran terhadap pentingnya pencegahan hipertensi sejak dini (Budiastuti et al., 2025). Selain itu, promosi kesehatan dan edukasi hipertensi terbukti mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat serta mendukung terbentuknya perilaku yang lebih sadar terhadap upaya pencegahan hipertensi (Mahadewi et al., 2021).

Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan di Kelurahan Pasar Pagi, ditemukan bahwa masih terdapat masyarakat yang mengalami hipertensi dan kurang melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Sebagian masyarakat juga menganggap keluhan seperti sakit kepala, nyeri tengkuk, dan pusing sebagai kondisi biasa sehingga tidak segera memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan. Selain itu, pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya pola hidup sehat dan pemeriksaan tekanan darah secara rutin masih perlu ditingkatkan.

Berdasarkan kondisi tersebut, dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan hipertensi dan pemeriksaan kesehatan kepada masyarakat di Kelurahan Pasar Pagi. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai hipertensi, pentingnya pola hidup sehat, serta pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin sebagai upaya pencegahan komplikasi penyakit tidak menular

2. METODE PENELITIAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Kelurahan Pasar Pagi, Kecamatan Samarinda Kota, dengan sasaran masyarakat setempat. Kegiatan dilakukan sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan pengetahuan, kesadaran, serta deteksi dini hipertensi melalui pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan kesehatan.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan tahap pengkajian komunitas. Pengkajian dilakukan melalui wawancara dengan ketua RT dan masyarakat setempat, observasi lingkungan (*windshield survey*), serta identifikasi kondisi kesehatan masyarakat. Kegiatan pengkajian bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai permasalahan kesehatan yang terdapat di wilayah Kelurahan Pasar Pagi. Berdasarkan hasil pengkajian, ditemukan bahwa hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup sering dijumpai di masyarakat. Selain itu, masih ditemukan masyarakat yang jarang melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin serta memiliki faktor risiko hipertensi seperti pola makan tidak teratur, kebiasaan begadang, dan kurang aktivitas fisik.

Tahap selanjutnya adalah perencanaan kegiatan berdasarkan hasil pengkajian dan penentuan prioritas masalah kesehatan masyarakat. Intervensi yang dipilih berupa pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan mengenai hipertensi sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap pencegahan hipertensi.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui pemeriksaan kesehatan berupa pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter dan alat kesehatan pendukung lainnya. Pemeriksaan dilakukan untuk mengetahui kondisi tekanan darah masyarakat sekaligus sebagai upaya deteksi dini hipertensi. Setelah pemeriksaan dilakukan, peserta diberikan penjelasan mengenai hasil pemeriksaan yang diperoleh serta faktor risiko yang dapat memengaruhi tekanan darah.

Kegiatan dilanjutkan dengan penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi dan pola hidup sehat. Materi yang diberikan meliputi pengertian hipertensi, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, pentingnya deteksi dini melalui pemeriksaan tekanan darah, serta upaya pencegahan hipertensi melalui penerapan pola hidup sehat. Penyampaian materi dilakukan menggunakan media PowerPoint dan poster edukasi, disertai sesi diskusi dan tanya jawab untuk meningkatkan partisipasi peserta.

Tahap evaluasi dilakukan melalui observasi partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung, sesi tanya jawab, dan diskusi untuk mengetahui pemahaman masyarakat terhadap materi yang telah disampaikan. Evaluasi juga dilakukan dengan mengidentifikasi respons peserta terhadap hasil pemeriksaan kesehatan serta komitmen masyarakat dalam menerapkan perilaku hidup sehat dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Kelurahan Pasar Pagi, Kecamatan Samarinda Kota, berdasarkan hasil pengkajian komunitas yang dilakukan melalui wawancara dengan masyarakat dan ketua RT serta observasi lingkungan. Hasil pengkajian menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang ditemukan di masyarakat. Selain itu, masih terdapat masyarakat yang belum rutin melakukan pemeriksaan kesehatan dan belum menerapkan pola hidup sehat secara optimal. Beberapa faktor risiko yang ditemukan antara lain pola makan tidak teratur, konsumsi makanan tinggi garam, kurang aktivitas fisik, kurang istirahat, serta kebiasaan begadang akibat aktivitas sehari-hari.

Berdasarkan hasil pengkajian tersebut, dilakukan intervensi berupa pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan mengenai hipertensi. Kegiatan pemeriksaan kesehatan diikuti oleh 5 orang masyarakat dengan rentang usia 20–30 tahun. Hasil pemeriksaan menunjukkan rata-rata tekanan darah peserta sebesar 130/80 mmHg. Meskipun masih berada dalam rentang normal, hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian peserta memiliki tekanan darah normal tinggi sehingga perlu dilakukan upaya pencegahan sejak dini melalui penerapan pola hidup sehat dan pemeriksaan tekanan darah secara berkala.

Hasil wawancara selama kegiatan berlangsung menunjukkan bahwa beberapa peserta memiliki kebiasaan begadang, jarang berolahraga, serta mengonsumsi makanan instan, kopi, dan makanan tinggi garam dalam kehidupan sehari-hari. Temuan ini sejalan dengan penelitian Trianaputri & Rantung, (2025) yang menunjukkan bahwa konsumsi junk food, rendahnya aktivitas fisik, dan stres merupakan faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan risiko hipertensi. Oleh karena itu, modifikasi gaya hidup menjadi salah satu langkah penting dalam upaya pencegahan hipertensi sejak usia muda.

Pemeriksaan tekanan darah yang dilakukan dalam kegiatan ini berfungsi sebagai upaya skrining dan deteksi dini hipertensi. Melalui pemeriksaan kesehatan, masyarakat dapat mengetahui kondisi tekanan darahnya sehingga lebih terdorong untuk melakukan pemantauan kesehatan secara berkala. Jamaica et al., (2024) menyatakan bahwa skrining tekanan darah yang disertai edukasi kesehatan dapat membantu masyarakat mengenali faktor risiko hipertensi serta mendorong penerapan langkah-langkah pencegahan melalui perubahan gaya hidup sehat. Selain itu, Budiastuti et al., (2025) menjelaskan bahwa

skrining tekanan darah dan identifikasi faktor risiko memiliki peran penting dalam meningkatkan perhatian masyarakat terhadap deteksi dini hipertensi dan pencegahan komplikasi penyakit.

Setelah pemeriksaan kesehatan, kegiatan dilanjutkan dengan penyuluhan mengenai hipertensi dan pola hidup sehat menggunakan media PowerPoint dan poster edukasi. Materi yang diberikan meliputi pengertian hipertensi, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara berkala, serta upaya pencegahan hipertensi melalui pola hidup sehat. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif melalui metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab.

Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang baik. Hal tersebut terlihat dari keaktifan peserta dalam mengikuti diskusi dan mengajukan pertanyaan mengenai makanan yang perlu dibatasi untuk mencegah hipertensi, cara menjaga tekanan darah tetap normal, serta dampak kebiasaan begadang terhadap kesehatan. Tingginya partisipasi peserta menunjukkan adanya ketertarikan masyarakat terhadap informasi kesehatan yang diberikan.

Berdasarkan hasil evaluasi melalui diskusi dan tanya jawab, peserta menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai faktor risiko hipertensi, pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala, serta penerapan pola hidup sehat sebagai upaya pencegahan penyakit. Hasil ini sejalan dengan penelitian Mahadewi et al., (2021) yang menunjukkan bahwa kegiatan promosi kesehatan dan edukasi mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi dan pencegahannya. Selain itu, penelitian Mashuri et al., (2024) menjelaskan bahwa pengetahuan yang baik mengenai hipertensi berhubungan dengan meningkatnya kesadaran masyarakat dalam melakukan upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi.

Temuan dalam kegiatan ini juga didukung oleh hasil systematic review yang dilakukan oleh Azami-aghdash et al., (2025) yang menyatakan bahwa intervensi berbasis komunitas, seperti edukasi kesehatan, promosi kesehatan, dan skrining kesehatan, efektif dalam mendukung pencegahan dan pengendalian hipertensi. Intervensi komunitas memberikan kesempatan bagi masyarakat untuk memperoleh informasi kesehatan, melakukan deteksi dini, serta meningkatkan keterlibatan masyarakat dalam menjaga kesehatannya.

Secara keseluruhan, kegiatan pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan hipertensi di Kelurahan Pasar Pagi berjalan dengan baik dan mendapatkan respons positif dari masyarakat. Kegiatan ini memberikan manfaat dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi, mendorong pemahaman tentang pentingnya deteksi dini melalui pemeriksaan kesehatan, serta memperkuat pemahaman masyarakat mengenai penerapan pola hidup sehat sebagai upaya pencegahan hipertensi dan komplikasinya

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi dan pemeriksaan tekanan darah di Kelurahan Pasar Pagi berjalan dengan baik dan mendapat respons positif dari masyarakat. Kegiatan ini dilakukan sebagai upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan pengetahuan serta kesadaran masyarakat mengenai hipertensi dan pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin.

Berdasarkan hasil kegiatan, masyarakat mulai memahami pengertian hipertensi, faktor risiko, tanda dan gejala, serta pentingnya menerapkan pola hidup sehat untuk mencegah terjadinya komplikasi penyakit. Selain itu, hasil pemeriksaan tekanan darah menunjukkan bahwa sebagian peserta memiliki tekanan darah dalam kategori normal tinggi sehingga diperlukan upaya pencegahan sejak dini melalui pengaturan pola makan, istirahat cukup, aktivitas fisik, dan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

Kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan juga membantu meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya deteksi dini hipertensi dan penerapan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Dengan adanya dukungan dari masyarakat, ketua RT, dan kader kesehatan setempat, diharapkan kegiatan promotif dan preventif seperti penyuluhan kesehatan dan pemeriksaan kesehatan rutin dapat terus dilakukan secara berkelanjutan guna meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

DAFTAR REFERENSI

- Azami-aghdash, S., Joudyian, N., Jafari, S., Karami, S., & Rezapour, R. (2025). Assessing Community-Based interventions effectiveness on hypertension prevention and control: A systematic review and Meta- Analysis. *BMC Public Health*, 25(3253).
- Budiastuti, R. F., Adina, A. B., Yuwanda, A., Dewi, K., Budicantika, Maidinah, S. S., Arwaniyah, U. N., Muflihati, Audi, S., Sofariah, M., Raina, V., Linawaty, Reihana, E., Resmi, J. K., & Maylinda, T. D. (2025). SADAR HIPERTENSI, SEHAT LEBIH LAMA: SKRINING DAN EDUKASI MASYARAKAT DI DI KELURAHAN TIRTAJAYA, KOTA DEPOK HYPERTENSION. *Pharmacy Action Journal*, 5(1), 11–23.
- Cahyadi, E., Fuadi, & Affuan, V. R. (2022). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS KOTABUMI II. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 9(3), 980–992.
- Jamaica, P. A., Rindarwati, A. Y., Destiani, D. P., & Salsabila, L. (2024). Skrining dan Edukasi Sebagai Upaya Pengendalian Hipertensi. *BATIK: Jurnal Pengembangan Dan Pengabdian Masyarakat Multikultural*, 2(3), 104–110.
- Mahadewi, E. P., Mustikawati, I. S., Heryana, A., & Harahap, A. (2021). Public Health Promotion and Education with Hypertension Awareness in West Jakarta Indonesia. *International Journal of Community Service*, 1(2), 101–107.
- Mashuri, Y. A., Widyaningsih, V., Premanawasti, A., Koot, J., Pardoel, Z., Landsmandijkstra, J., Postma, M., & Probandari, A. (2024). Differences in knowledge , attitude , and practice regarding hypertension by access to a community-based screening program (POSBINDU): A cross-sectional study from four districts in Indonesia. *PLOS ONE*, 19(5), 1–16. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0303503>
- Trihanaputri, R. A., & Rantung, J. (2025). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI RISIKO TERJADINYA HIPERTENSI PADA MAHASISWA FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN DI UNIVERSITAS ADVENT INDONESIA. *Jurnal Impresi Indonesia (JII)*, 4(4), 1199–1208. <https://doi.org/10.58344/jii.v4i4.6435>
- World Health Organization. (2025). *Hypertension*.