

Pemberdayaan Kader PTM Melalui Edukasi Untuk Meningkatkan Pengetahuan Hipertensi Pada Masyarakat

Dian Hadinata¹, Lelin Parlina Dewi², Awaludin Jahid Abdillah³
^{1,2,3} Universitas Sindang Kasih Majalengka, Jawa Barat, Indonesia

Received : 28 September 2025, Revised : 4 Oktober 2025, Published : 13 Oktober 2025

Corresponding Author

Nama Penulis: Dian Hadinata

E-mail: dian.hd7@gmail.com

Abstrak

Saat ini, penyakit degeneratif dan gangguan jantung, seperti hipertensi, menjadi salah satu perhatian utama dalam bidang kesehatan masyarakat. Pada umumnya, hipertensi tidak menimbulkan gejala apa pun hingga akhirnya menyebabkan komplikasi serius seperti stroke atau serangan jantung, yang dapat berujung pada kematian. Hipertensi merupakan penyakit kronis yang memerlukan manajemen yang baik untuk mencegah kekambuhan dan komplikasi serius. Pendidikan kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan pasien tentang diet hipertensi sebagai bagian dari upaya pencegahan kekambuhan. Tujuan pengabdian ini adalah pemberian edukasi terkait pencegahan dan pengendalian hipertensi agar masyarakat terutama para kader Kesehatan Penyakit Tidak Menular (PTM) memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai pencegahan dan pengendalian hipertensi. Strategi pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan tahapan persiapan, Sosialisasi dan Pelaksanaan kegiatan. Hasil yang didapatkan yakni diikuti oleh 40 peserta, setelah diberikan kuesioner pre dan post test didapatkan peningkatan pengetahuan terkait hipertensi. Tindak lanjut hasil pengabdian masyarakat dalam menjaga keberlanjutan merupakan peran para Kader dan Masyarakat untuk berkolaborasi dalam melakukan promosi Kesehatan khususnya untuk penyakit tidak menular.

Kata Kunci - pemberdayaan, edukasi, pengetahuan, hipertensi, kader PTM

Abstract

Currently, degenerative diseases and heart problems, such as hypertension, are a major concern in the field of public health. In general, hypertension does not cause any symptoms until it eventually causes serious complications such as stroke or heart attack, which can lead to death. Hypertension is a chronic disease that requires good management to prevent recurrence and serious complications. Health education has an important role in increasing patient knowledge about hypertension diet as part of efforts to prevent recurrence. The aim of this service is to provide education regarding the prevention and control of hypertension so that the public, especially Non-Communicable Diseases (NCD) Health cadres, have a good level of knowledge regarding the prevention and control of hypertension. The strategy for implementing community service activities is carried out in the stages of preparation, socialization and implementation of activities. The results obtained were that 40 participants participated, after being given pre and post test questionnaires, they found an increase in knowledge related to hypertension. Following up on the results of community service in maintaining sustainability is the role of cadres and the community to collaborate in promoting health, especially for non-communicable diseases.

Keywords - empowerment, education, knowledge, hypertension, PTM cadres

How To Cite : Hadinata, D., Dewi, L. P., & Abdillah, A. J. (2025). Pemberdayaan Kader PTM Melalui Edukasi Untuk Meningkatkan Pengetahuan Hipertensi Pada Masyarakat . *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(2), 998–1003. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i2.567>

Copyright ©2025 Dian Hadinata, Lelin Parlina Dewi, Awaludin Jahid Abdillah

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang tidak menular dan tidak diketahui oleh penderita sebelum mereka memeriksakan tekanan darah, serta penderita hipertensi tidak mengalami suatu tanda dan gejala sebelum terjadi komplikasi hingga berakhir dengan kematian, hal tersebut menjadikan hipertensi sering disebut sebagai silent killer (Hadinata D, Aisyah RS, 2023). Pentingnya pengendalian tekanan darah agar tetap dalam kondisi terkendali, merupakan tantangan yang harus dihadapi Bersama antara dosen dalam bidang Kesehatan maupun tenaga kesehatan maupun Kader Kesehatan terutama dalam Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular (P2PTM). Melakukan *health education* kepada penderita hipertensi serta secara rutin untuk melakukan penyuluhan terkait pemahaman terkait hipertensi, perilaku hidup sehat dan pentingnya mengkonsumsi obat secara teratur (Kemenkes, 2019).

Angka kejadian hipertensi di Indonesia tergolong tinggi, lebih dari sepertiga penduduk di Indonesia mengidap hipertensi. Menurut Kementerian Kesehatan prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan diagnosis atau obat pada penduduk usia di atas 18 tahun adalah sebesar 8,84%. Artinya, satu dari sepuluh penduduk Indonesia usia lebih dari 18 tahun didiagnosis menderita atau mengkonsumsi obat hipertensi. Data dari Kementerian kesehatan 2023 menjelaskan lebih lanjut jika penduduk kota memiliki prevalensi hipertensi yang lebih tinggi dibandingkan daerah pedesaan. Berdasarkan jenis kelamin, perempuan memiliki prevalensi hipertensi yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Sedangkan berdasarkan pengukuran pada penduduk usia 18 tahun ke atas, semua provinsi di Indonesia memiliki prevalensi hipertensi di atas 25 persen yang didominasi angka di atas 30 persen (WHO, 2023).

Pentingnya pengendalian tekanan darah agar tetap dalam kondisi terkendali, merupakan tantangan yang harus dihadapi Bersama antara dosen dalam bidang Kesehatan maupun tenaga kesehatan maupun Kader Kesehatan terutama dalam Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular (P2PTM). Melakukan *health education* kepada penderita hipertensi serta secara rutin untuk melakukan penyuluhan terkait pemahaman terkait hipertensi, perilaku hidup sehat dan pentingnya mengkonsumsi obat secara teratur (Kemenkes, 2022).

Pemberdayaan kader Penyakit Tidak Menular (PTM) melalui edukasi berperan penting dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai hipertensi, dengan cara memberikan pelatihan kepada kader PTM agar mereka lebih terampil dalam melakukan skrining faktor risiko, memantau tekanan darah, serta mengedukasi masyarakat tentang pola hidup sehat melalui Posyandu PTM atau Posbindu PTM. Program ini mencakup pelatihan kader, distribusi informasi melalui media edukatif, serta pemantauan dan pendampingan secara terus-menerus, sehingga masyarakat dapat lebih efektif dalam mencegah dan mengelola hipertensi (PERKI, 2015)

Pelatihan dan edukasi yang diberikan kepada kader PTM bertujuan untuk memperluas wawasan mereka mengenai hipertensi, termasuk faktor pemicu, dampak komplikatif, serta langkah-langkah pencegahan. Upaya ini dilakukan melalui pendekatan seperti program CERDIK (Cek kesehatan secara berkala, Hindari rokok, Aktif berolahraga, Pola makan seimbang, Istirahat yang cukup, dan Kendalikan stres) serta penerapan pola makan sehat (Kemenkes, 2021)

Kader yang memiliki pengetahuan dan keterampilan memadai berperan penting dalam menjalankan Posbindu PTM, sebuah program yang berfokus pada edukasi dan deteksi dini faktor risiko hipertensi di lingkungan masyarakat. Kader memiliki peran dalam menyebarkan informasi kesehatan dan melakukan deteksi dini, yang membantu mengurangi beban kerja tenaga medis di fasilitas pelayanan.

Tujuan pengabdian ini adalah pemberian edukasi terkait pencegahan dan pengendalian hipertensi agar masyarakat terutama para kader Kesehatan Penyakit Tidak Menular (PTM) memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai pencegahan dan pengendalian hipertensi. Ditandai dengan terjadinya perubahan perilaku masyarakat yang dapat meningkatkan faktor risiko hipertensi.

METODE

Metode Kegiatan:

1. Pendahuluan dan Pengantar :

Kegiatan dimulai dengan sesi pendahuluan yang bertujuan untuk mengetahui gambaran menyeluruh tentang pengetahuan peserta tentang hipertensi, panitia membagikan kuesioner

(pre-test) untuk di isi oleh peserta sebagai bahan gambaran pengetahuan peserta sebelum mengikuti edukasi ini.

2. Penyampaian Teori dan Konsep:
Sesi ini didesain untuk menyampaikan pengertian hipertensi, penyebab hipertensi, sampai bagaimana penatalaksanaan hipertensi.
3. Sesi Tanya Jawab dan Diskusi:
Setelah penyampaian materi, peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi lebih lanjut. Fasilitator akan memberikan klarifikasi dan panduan jalannya sesi diskusi.
4. Evaluasi dan Umpan Balik:
Sebagai bagian penting dari kegiatan ini, sesi evaluasi dan umpan balik dilakukan untuk mengukur pemahaman peserta, sekaligus mendapatkan masukan yang berguna untuk perbaikan kegiatan di masa mendatang. Mengisi kuesioner (post-test) untuk mengetahui pemahaman pengetahuan tentang hipertensi dengan mengisi lembar evaluasi untuk saran dan kritik kegiatan pengabdian selanjutnya.
5. Penutup dan Pemeriksaan Kesehatan Gratis:
Kegiatan diakhiri dengan penutupan yang mencakup rangkuman materi, penekanan Kembali pada pentingnya mengetahui tanda gejala dan penyebab dari hipertensi yang perlu diwaspadai bagi masyarakat. Setelah pelaksanaan kegiatan peserta dipersilahkan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan gratis seperti pemeriksaan Gula Darah Sewaktu, Kolesterol dan Asam urat.

Adapun tahapan pelaksanaan pengabdian:

1. Tahapan Pra Persiapan:
Pada tahap ini, tim dosen pengabdian melakukan survey permasalahan yang sedang trend di bidang kesehatan dilihat secara *holistic bio psiko sosial spiritual*.
2. Tahapan Persiapan:
Setelah mendapatkan tema untuk pengabdian, tim dosen pengabdian mulai mempersiapkan materi-materi yang akan disampaikan.
3. Tahapan Pelaksanaan:
Pada tahap pelaksanaan, tim pengabdian akan membagikan kuesioner hipertensi, Setelah selesai menyampaikan materi dilakukan sesi tanya jawab dan diskusi kemudian diakhiri dengan post-test yaitu mengisi kuesioner yang sama dengan sebelum pemberian penyuluhan dan juga mengisi lembar evaluasi.
4. Tahapan Pendampingan:
Bersama dengan kader PTM Memotivasi masyarakat sehingga Masyarakat yang sudah terkena atau belum penyakit hipertensi dapat meningkat untuk memelihara kesehatannya dengan rutin kontrol tekanan darahnya ke pusat layanan Kesehatan.
5. Evaluasi Kegiatan:
Pada akhir kegiatan, peserta mengisi angket atau lembar evaluasi sebagai masukan, kritik dan saran untuk kegiatan pengabdian selanjutnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Pemberdayaan Kader PTM Melalui Edukasi Untuk Meningkatkan Pengetahuan Hipertensi Pada Masyarakat ini telah dilaksanakan selama 2 hari, Kamis-Jum'at tanggal 26-27 Juni 2025. Bertempat di Desa Wiyong Kecamatan Susukan Kabupaten Cirebon.

Tabel 1. Distribusi tingkat pengetahuan kuesioner Pre-Test dan Post Test Pemberdayaan Kader PTM Melalui Edukasi Untuk Meningkatkan Pengetahuan Hipertensi

Tingkat Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	n	%	n	%
Cukup	18	36	42	84
Kurang	32	64	8	16
Jumlah	50	100	50	100

Tabel diatas menunjukkan distribusi frekuensi tingkat pengetahuan peserta terhadap Hipertensi, data menunjukkan pada saat dilakukan pembagain kuesioner pretest peserta terdapat 18

orang (36%) dengan tingkat pengetahuan cukup dan terdapat 32 orang (64%) dengan pengetahuan kurang. Setelah diberikan edukasi mengenai Hipertensi dan dilakukan pengukuran pengetahuan (post-test) didapatkan peningkatan pengetahuan menjadi 42 orang (84%) dengan tingkat pengetahuan cukup dan terdapat 8 orang (16%) dengan pengetahuan kurang.



Gambar 1. Pengarahan Ketua Pengabdian Ke Para Kader Sebelum Pelaksanaan.

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyebab kematian dan disabilitas tertinggi di Indonesia yang meningkat secara signifikan sejak tahun 2014-2019. Rata-rata nasional yang merupakan faktor risiko PTM antara lain 5,5% konsumsi gula > 50gr/hari; 53,5% konsumsi garam > 2000 gr/hari dan 24% konsumsi lemak >67gr/hari (Kemenkes RI, 2022b; PMK No.71, 2015).

Beberapa program Kementerian kesehatan untuk pengendalian PTM antara lain lebih menekankan pada deteksi dini yang merupakan kunci untuk penemuan dan intervensi dini PTM, perlu dilakukan secara rutin dan berkala; identifikasi kelompok sasaran/kelompok potensial untuk memudahkan pelaksanaan deteksi dini melalui pelatihan 1,5 juta kader posyandu, inovasi, integrasi dengan lintas program dan lintas sektor serta monitoring dan evaluasi berkala untuk cakupan deteksi dini (Kemenkes RI, 2022b).

Kasus PTM yang sering dijumpai atau merupakan 10 kategori penyakit terbanyak dalam satu desa/kelurahan antara lain hipertensi, hiperkolesterol, hiperurisemia dan diabetes mellitus. Hipertensi tidak langsung menimbulkan efek mematikan pada penderitanya, tetapi hipertensi memicu terjadinya penyakit lain serta dapat meningkatkan risiko serangan jantung, gagal jantung, stroke dan gagal ginjal (Fernandez-Sanchez , 2011; Seke et al., 2016).



Gambar 2. Pemeriksaan Kesehatan Bersama Kader PTM

Permasalahan diatas yang dihadapi terkait masih kurangnya target capaian tentang pengendalian PTM di wilayah kerja Puskesmas Susukan Kabupaten Cirebon karena masih kurangnya pelayanan *skrining* terkait PTM menggunakan pelayanan laboratorium sederhana (*Rapid test*) terutama ditingkat desa, masih kurangnya pengetahuan kader kesehatan tentang penyebab, pencegahan dan pengendalian PTM.

Dengan adanya kegiatan pengabdian masyarakat ini, peserta kegiatan dapat langsung melakukan pemeriksaan tekanan darah. Melakukan pemantau tekanan darah secara rutin untuk menilai efektivitas pengobatan yang sedang dijalani. Selain itu, pemantauan tekanan darah, asam urat, dan gula darah secara rutin juga berguna untuk mengurangi risiko terjadinya komplikasi yang lebih serius (Lubis et al., 2023).



Gambar 3.
Tim Pengabdian Bersama Mitra.

Pemeriksaan tekanan darah juga dilakukan pada kegiatan ini untuk memberikan kesadaran dan motivasi kepada warga akan pentingnya cek tekanan darah secara rutin. Melalui kegiatan pemantauan tekanan darah secara rutin diharapkan warga, lansia dan keluarga lebih mawas diri terhadap kejadian penyakit hipertensi. Penyakit hipertensi adalah penyakit terkontrol dimana jika tekanan darah tetap dapat dikontrol dalam kondisi normal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Melalui edukasi atau penyuluhan kesehatan terkait hipertensi ini sangat efektif tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam menerapkan perilaku sehat serta berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan yang optimal. Setelah diberikan evaluasi Pengetahuan Kader PTM dan Masyarakat dapat meningkat dan bisa memahami tentang Penyakit Hipertensi.

Saran

Perlunya Optimalisasi Penguatan Kader PTM terhadap Kemampuan Pengelolaan Mandiri seperti Mendorong masyarakat agar lebih mampu mengelola kesehatannya secara mandiri, terutama dalam upaya pengendalian hipertensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang terlibat yaitu Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia / KEMENDIKBUDRISTEK yang telah mendanai kegiatan hibah pengabdian tahun 2025 ini dengan nomor kontrak 121/C3/DT.05.00/PL/2025, Rektor Universitas Sindang Kasih Majalengka dan Bagian kemahasiswaan Universitas Sindang Kasih Majalengka yang telah membantu dan dukungan kepada kami untuk melaksanakan kegiatan secara optimal, LPPM Universitas Sindang Kasih Majalengka yang selalu mendampingi dan memotivasi untuk terlaksananya kegiatan ini, serta Kepala Desa Wiyong dan Kepala Puskesmas Susukan yang telah menjadi Mitra kami dalam kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriana, Y. (2018). Determinan Perilaku CERDIK Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Peserta POSBINDU PTM.
- Brewer, S. (2018). *Lower Your Blood Ppressure Fast*. Available At: <https://Mylowerbloodpressure.Com/>. (Diakses: 24 Juni 2025).
- Dinas Kesehatan Kabupaten Cirebon, "Profil Kesehatan Kabupaten Cirebon," Profil Kesehat. Kabupaten Cirebon, 2024.
- Fernández-Sánchez A., Madrigal-Santillán, E., Bautista, M., Esquivel-Soto, J., Morales-González, Á., Esquivel-Chirino, C., Durante-Montiel, I., Sánchez-Rivera, G., Valadez-Vega, C. & Morales-González, J.A. (2011). Inflammation, oxidative stress, and obesity. *Int. J. Mol. Sci.*, 12(5): 3117–3132

- Hadinata, D., & Aisyah, R. S. (2023). Implementasi Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Pasien tentang Diet Hipertensi untuk Pencegahan Kekambuhan Hipertensi. *Jurnal Kampus STIKES YPIB Majalengka*, 11(2), 96-103.
- Kemendes, R. I. (2019). *Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Riskesdas, T. (2021). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kemendes. (2021). Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07 Tahun 2021 *Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hipertensi Dewasa*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 1- 85.
- Kementerian Kesehatan, Badan Litbangkes. (2017). *Laporan Riset Ketenagaan Kesehatan tahun 2017*. Jakarta. Keputusan Menteri Kesehatan RI Nomor HK.01.07/Menkes/422/2017.(2017). Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019. 29 Agustus 2017. Jakarta
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021). *Hipertensi Penyebab Utama Penyakit Jantung, Gagal ginjal dan Stroke*. (Diakses: 10 Oktober 2024).
- Khorsandi, M., Fekrizadeh, Z., & Roozbahani, N. (2017). *Investigation of the effect of education based on the health belief model on the adoption of hypertension-controlling behaviors in the elderly*. *Clin Interv Aging*, 12, 233–240
- Lubis, D. R., Petralina, B., & Lubis, E. (2023). *Peningkatan Kualitas Hidup Lansia Melalui Edukasi Kesehatan Dan Pemeriksaan Kesehatan Dalam Pengendalian Hipertensi Pada Lansia*. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darmais*, 2(1), 2–5
- Muttaqin, A. (2019). *Pengantar Asuhan Keperawatan dengan Kardiovaskuler*. Jakarta: Salemba Medika.
- Peraturan Menteri Kesehatan (PMK) No. 71 (2015). *Pengendalian Penyakit Tidak menular (PTM)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- PERKI. (2015). *Pedoman Tatalaksana Hipertensi pada Penyakit Hipertensi*. Pedoman Tatalaksana Hipertensi Pada Penyakit Kardiovaskuler
- Prayitnaningsih, S., Rohman, M. S., Sujuti, H., Abdullah, A. A. H., & Vierlia, W. V. (2021). *Pengaruh Hipertensi Terhadap Glaukoma*. Universitas Brawijaya Press.
- Santoso, Anwar;Mumpuni, Sari;Tiksnadi, Badai B, dkk. (2021). *Bunga Rampai Hipertensi Pada Kasus Kardiovaskular*. Yogyakarta: Andi Press.
- Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2020). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth, Ed. 8, Vol. 3*. Jakarta: EGC
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Bandung: Alfabeta
- Suryani, D., Simbolon, D., Jumiyati, & Yandrizal. (2021). *Pelatihan Kader dalam Pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM) di Wilayah Puskesmas Anggut Atas Kota Bengkulu*.
- WHO, W.H.O. (2023). Hypertension. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>