

Edukasi Hipertensi sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Lansia

**Imelda Erman¹, Ari Athiutama², Indra Pebriani³, Azwalidi⁴, Ismar Agustin⁵,
Jawiah⁶, Aguscik⁷**

^{1,2,3,4,5,6,7}Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Palembang, Indonesia

Received : 26 November 2025, Revised : 30 November 2025, Published : 6 Januari 2026

Corresponding Author

Nama Penulis: Imelda Erman

E-mail: imeldaerman@gmail.com

Abstrak

Hipertensi pada lanjut usia merupakan salah satu persoalan kesehatan yang penting, baik di dunia, di tingkat nasional, maupun di daerah. Secara global, angka kejadian hipertensi pada lansia diperkirakan mencapai sekitar 26,4%. Kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan lansia di RT 19 Kelurahan Talang Semut Kota Palembang yang sebelumnya masih terbatas dalam memahami cara pencegahan dan pengendalian tekanan darah. Metode kegiatan meliputi ceramah interaktif, sesi tanya jawab, senam lansia, pemeriksaan tekanan darah, pembagian leaflet, serta evaluasi melalui kuesioner sebelum dan setelah penyuluhan. Sebanyak 25 lansia mengikuti kegiatan ini, terdiri dari 11 peserta berusia 50–60 tahun dan 14 peserta berusia di atas 60 tahun, dengan 7 laki-laki dan 18 perempuan. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan, di mana sebelum penyuluhan hanya 9 peserta memiliki pengetahuan baik, meningkat menjadi 22 peserta setelah kegiatan. Lansia juga merasakan manfaat berupa pemahaman baru mengenai pentingnya pemeriksaan rutin, pengaturan pola makan, dan aktivitas fisik. Kegiatan ini menyimpulkan bahwa penyuluhan efektif meningkatkan keterlibatan dan pemahaman lansia dalam upaya pengendalian hipertensi.

Kata kunci – edukasi masyarakat, hipertensi, lansia, pengetahuan

Abstract

Hypertension in the elderly is a significant health issue, both globally, nationally, and regionally. Globally, the incidence of hypertension in the elderly is estimated at around 26.4%. A health education program on hypertension was conducted to improve the knowledge of elderly people in RT 19, Talang Semut Village, Palembang City, who were previously limited in understanding how to prevent and control blood pressure. The activity methods included interactive lectures, question and answer sessions, elderly exercise, blood pressure checks, leaflet distribution, and evaluation through questionnaires before and after the education. A total of 25 elderly people participated in this activity, consisting of 11 participants aged 50–60 years and 14 participants aged over 60 years, with 7 men and 18 women. The results showed a significant increase in knowledge, where before the education only 9 participants had good knowledge, increasing to 22 participants after the activity. The elderly also felt benefits in the form of new understanding regarding the importance of routine check-ups, dietary management, and physical activity. This activity concluded that the education program was effective in increasing the involvement and understanding of elderly people in efforts to control hypertension.

Keywords - public education, hypertension, elderly, knowledge

How To Cite : Erman, I., Athiutama, A., Febriani, I., Azwalidi, A., Agustin, I., & Jawiah, J. Aguscik, A. (2026). Edukasi Hipertensi sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Lansia . Jurnal Pengabdian Masyarakat Mentari, 2(6), 272–279. <https://doi.org/10.59837/jpmm.v2i6.197>

Copyright ©2026 Imelda Erman, Ari Athiutama, Indra Pebriani, Azwalidi Azwalidi, Ismar Agustin, Jawiah Jawiah, Aguscik Aguscik

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah penyakit kronis yang tidak bisa disembuhkan dan membutuhkan penanganan jangka panjang agar tekanan darah penderitanya tetap terjaga dan stabil (Athiutama et al., 2024). Hipertensi pada lansia merupakan masalah kesehatan yang signifikan, baik di tingkat global, nasional, maupun lokal. Secara global, prevalensi hipertensi pada lansia diperkirakan mencapai 26,4% pada tahun 2024, dan angka ini diproyeksikan akan meningkat menjadi 29,2% pada tahun 2025. Di Indonesia, prevalensi hipertensi pada usia 55-64 tahun adalah 45,9%, usia 65-74 tahun mencapai 57,6%, dan usia 75 tahun ke atas mencapai 63,8%. Angka ini menunjukkan tren yang mengkhawatirkan, yang berpotensi menyebabkan berbagai masalah kesehatan jangka panjang jika tidak segera ditangani dengan tepat (WHO), 2023). Di Sumatera Selatan, prevalensi hipertensi pada lansia tercatat sebesar 52%, dengan Kota Palembang menjadi daerah yang menyumbang angka tertinggi dengan 411.518 penderita hipertensi pada tahun 2022. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Palembang, prevalensi hipertensi pada lansia mengalami peningkatan signifikan dari 22,5% pada tahun 2018 menjadi 57,2% pada tahun 2020. Hal ini menunjukkan bahwa hipertensi pada lansia merupakan masalah kesehatan yang perlu perhatian serius di Kota Palembang, terutama di wilayah Kelurahan Talang Semut (Dinas Kesehatan SUMSEL, 2024).

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama pada kelompok lanjut usia dan menjadi penyebab meningkatnya risiko penyakit kardiovaskular. Kondisi tersebut dapat menyebabkan jantung harus bekerja lebih berat dari normal untuk memompa darah ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah (Erman et al., 2022). Berdasarkan hasil pendataan awal di RT 19 Kelurahan Talang Semut Kota Palembang, tercatat sebanyak 25 lansia mengikuti pemeriksaan awal, dengan 48 persen memiliki tekanan darah di atas 140 mmHg dan 44 persen berada pada kisaran 120–140 mmHg. Selain itu, 64 persen lansia memiliki tingkat pengetahuan yang kurang mengenai penyebab, gejala, dan cara pengendalian hipertensi. Kondisi ini diperparah dengan kebiasaan yang kurang sehat, seperti konsumsi garam berlebih, kurang aktivitas fisik, serta rendahnya kesadaran untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Beberapa tanda yang umum dirasakan oleh penderita hipertensi antara lain sering mengalami pusing, mudah lelah, jantung berdebar, rasa tegang atau nyeri di area leher, serta berbagai keluhan lain yang menimbulkan rasa tidak nyaman (Febriani et al., 2023). Situasi tersebut menunjukkan bahwa hipertensi pada lansia masih menjadi persoalan mendasar yang membutuhkan intervensi edukatif yang terarah dan berkelanjutan.

Untuk memecahkan persoalan tersebut, program kerja yang diusulkan berupa penyuluhan kesehatan dan edukasi mengenai hipertensi dengan fokus pada peningkatan pemahaman dan perubahan perilaku. Program ini meliputi ceramah interaktif tentang pengertian hipertensi, faktor risiko, komplikasi, serta langkah pengendalian melalui perilaku hidup sehat. Selain itu, pemeriksaan tekanan darah, senam lansia, pembagian leaflet edukasi, dan evaluasi pre-test dan post-test dilaksanakan untuk memperkuat pemahaman dan mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Pendekatan ini dirancang agar lansia tidak hanya menerima informasi, tetapi juga mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari (Istiqomah et al., 2022).

Kehandalan materi edukasi dan metode penyuluhan yang digunakan didukung oleh berbagai hasil penelitian yang menunjukkan bahwa intervensi edukasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku pengendalian hipertensi pada lansia. Berbagai studi ilmiah melaporkan bahwa program edukasi berbasis ceramah interaktif, pemeriksaan kesehatan, dan media cetak mampu meningkatkan kepatuhan pemeriksaan tekanan darah, memperbaiki pola makan, serta mendorong aktivitas fisik ringan pada kelompok lansia. Selain itu, prinsip pengendalian hipertensi seperti pemeriksaan rutin, kepatuhan minum obat, dan pengaturan pola hidup sehat telah menjadi rekomendasi yang banyak diadopsi dalam penelitian keperawatan komunitas maupun program kesehatan masyarakat. Dengan demikian, kombinasi metode ceramah, demonstrasi, diskusi, serta penggunaan leaflet menjadi pendekatan yang andal dan relevan bagi kelompok lansia (Setiadi et al., 2024).

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia mengenai pengendalian hipertensi, serta menumbuhkan kemampuan mereka dalam menerapkan perilaku hidup sehat. Manfaat kegiatan mencakup peningkatan pemahaman lansia mengenai pentingnya pemeriksaan tekanan darah, pemilihan pola makan sehat, dan aktivitas fisik yang sesuai, serta mendorong partisipasi aktif masyarakat dalam menjaga kesehatan kelompok lanjut usia. Selain itu, kegiatan ini memberikan manfaat bagi mahasiswa dan tenaga kesehatan dalam meningkatkan pengalaman edukatif dan memperkuat kompetensi dalam pelayanan keperawatan komunitas (A. Astutiatmaja et al., 2024).

METODE

1. Tempat dan waktu

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di RT 19 Kelurahan Talang Semut, Kecamatan Bukit Kecil, Kota Palembang. Wilayah ini merupakan kawasan pemukiman padat dengan jumlah lansia cukup tinggi dan akses yang dekat dengan Puskesmas Merdeka. Kegiatan ini dilaksanakan pada **9 Oktober 2025** di Balai Warga RT 19, sedangkan proses persiapan, koordinasi, dan penyusunan media edukasi berlangsung selama bulan Oktober 2025. Area pemukiman yang berada di sekitar pusat Kota Palembang dengan jarak sekitar 900 meter dari institusi pelaksana, yaitu Poltekkes Kemenkes Palembang.

2. Khalayak sasaran/Mitra Kegiatan

Khalayak sasaran dalam kegiatan ini adalah lansia di RT 19 Kelurahan Talang Semut, yang ditentukan berdasarkan hasil survei awal dan koordinasi dengan ketua RT serta Puskesmas Merdeka. Penentuan sasaran mengacu pada tingginya jumlah lansia dengan tekanan darah di atas normal serta rendahnya tingkat pengetahuan mengenai hipertensi. Sebanyak 25 lansia terlibat sebagai peserta aktif, terdiri dari 11 lansia berusia 50–60 tahun dan 14 lansia berusia di atas 60 tahun. Pemilihan lansia dilakukan secara purposive, yaitu berdasarkan ketersediaan hadir, kondisi kesehatan, dan rekomendasi kader kesehatan setempat.

3. Metode Pengabdian

Metode pelaksanaan kegiatan terdiri dari beberapa langkah sebagai berikut:

a. Tahap Persiapan

- 1) Koordinasi dengan ketua RT dan Puskesmas Merdeka.
- 2) Penyusunan proposal, pembagian tugas panitia, dan rapat teknis.
- 3) Survei lokasi untuk menentukan tempat kegiatan dan jumlah peserta.
- 4) Pembuatan media edukasi berupa leaflet dan poster mengenai pengendalian hipertensi menggunakan prinsip PATUH.
- 5) Persiapan alat pemeriksaan tekanan darah, alat tulis, kuesioner, dan perlengkapan dokumentasi.

b. Tahap Pelaksanaan Penyuluhan

- 1) Registrasi dan pemeriksaan tekanan darah bagi seluruh lansia yang hadir.
- 2) Senam lansia sebagai kegiatan pemanasan untuk meningkatkan kebugaran.
- 3) Penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah interaktif mengenai pengertian hipertensi, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, serta prinsip pengendalian hipertensi.
- 4) Sesi tanya jawab untuk memperjelas pemahaman peserta.
- 5) Pembagian leaflet edukasi sebagai pengingat materi yang telah disampaikan.
- 6) Pengisian kuesioner pre-test dan post-test sebagai alat untuk mengukur peningkatan pengetahuan.

c. Pendampingan Singkat

Mahasiswa dan tim pengabdian memberikan arahan langsung tentang cara membaca hasil tekanan darah, tips memilih makanan rendah garam, cara melakukan senam ringan di

rumah, dan cara menjaga rutinitas pemeriksaan tekanan darah.

4. Indikator Keberhasilan; dan

Indikator keberhasilan kegiatan ditetapkan sebagai berikut:

- a) Peningkatan pengetahuan lansia mengenai hipertensi, ditunjukkan oleh kenaikan nilai post-test dibandingkan nilai pre-test.
- b) Keterlibatan aktif peserta, terlihat dari kehadiran penuh, keterlibatan dalam sesi diskusi, serta antusiasme mengikuti senam dan pemeriksaan kesehatan.
- c) Pemahaman peserta terhadap prinsip PATUH, terlihat dari kemampuan lansia menjawab pertanyaan dan memilih tindakan yang tepat terkait pengendalian hipertensi.
- d) Ketersediaan dan penyebaran media edukasi, yaitu leaflet yang diterima oleh seluruh peserta.

5. Metode Evaluasi

Evaluasi dilaksanakan menggunakan beberapa teknik berikut:

- a) Evaluasi awal (pre-test) untuk mengukur tingkat pengetahuan sebelum penyuluhan.
- b) Evaluasi akhir (post-test) untuk menilai peningkatan pemahaman lansia setelah kegiatan.
- c) Observasi langsung selama sesi tanya jawab, senam, dan pemeriksaan kesehatan untuk menilai keterlibatan peserta.
- d) Wawancara singkat dengan beberapa lansia untuk mengetahui pemahaman dan kesan mereka terhadap materi yang diberikan.
- e) Evaluasi proses dilakukan melalui monitoring jalannya kegiatan oleh dosen pembimbing dan ketua tim.

Evaluasi hasil diperoleh dari perbandingan nilai pre-test dan post-test, di mana kegiatan dinyatakan berhasil jika terjadi peningkatan pengetahuan minimal 50 persen dari peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan dan edukasi hipertensi dilaksanakan pada 9 Oktober 2025 di Balai Warga RT 19 Kelurahan Talang Semut, Kota Palembang, dan diikuti oleh 25 orang lansia. Seluruh rangkaian kegiatan berjalan sesuai rencana, mulai dari registrasi, pemeriksaan tekanan darah, senam lansia, penyuluhan, sesi tanya jawab, pengisian kuesioner, hingga pembagian leaflet.



Gambar 1

Proses pelaksanaan edukasi Hipertensi bagi lansia

Tabel 1

Pre test dalam kegiatan penyuluhan kesehatan dan edukasi hipertensi pada lansia

Karakteristik	n	%
Usia		
50 - 60	11	44
> 60	14	66
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	7	28
Perempuan	18	72
Tekanan Darah		
100-120 mmhg	2	8
120-140 mmhg	11	44
> 140 mmhg	12	48
Berat Badan		
< 50 kg	8	32
> 50 kg	17	68

Sebagian besar responden berusia lebih dari 60 tahun (66%), berjenis kelamin perempuan (72%), memiliki tekanan darah lebih dari 140 mmHg (48%) dan berat badan lebih dari 50 kg (68%).

Tabel 2

Pre test pengetahuan tentang hipertensi

Tingkat pengetahuan	n	%
Pengetahuan baik	9	36%
Pengetahuan kurang baik	16	64%
Total	25	100%

Sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kurang baik (64%) sebelum dilakukan perlakuan.

Tabel 3

Post test pengetahuan tentang hipertensi

Tingkat pengetahuan	n	%
Pengetahuan baik	22	88%
Pengetahuan kurang baik	3	22%
Total	25	100%

Sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik (88%) setelah dilakukan perlakuan.

Kegiatan ini disusun secara sistematis, dimulai dari gambaran umum hasil kegiatan kemudian mengarah pada interpretasi yang lebih spesifik berdasarkan teori serta kebermanfaatannya bagi mitra kegiatan. Secara umum, penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi memberikan dampak positif terhadap pengetahuan dan kesadaran lansia di RT 19 Kelurahan Talang Semut. Peningkatan nilai pengetahuan dari 36 persen menjadi 88 persen menunjukkan efektivitas metode edukasi yang digunakan, seperti ceramah interaktif, diskusi, penggunaan gambar, dan pembagian leaflet, yang membantu lansia memahami konsep dasar hipertensi dengan lebih mudah. Temuan ini sesuai dengan teori pendidikan kesehatan yang menyatakan bahwa proses belajar menjadi optimal ketika menggunakan kombinasi media verbal dan visual yang disampaikan dengan sederhana serta melibatkan partisipasi aktif peserta. Penerapan prinsip pendidikan PATUH—meliputi pemeriksaan kesehatan, kepatuhan minum obat, gaya hidup sehat, upaya menjaga berat badan ideal, dan

pengelolaan stres—juga terbukti membantu peserta mengingat langkah pencegahan hipertensi karena pesan yang ringkas dan relevan dengan kehidupan sehari-hari.

Kondisi kesehatan peserta yang tergambar dari hasil pemeriksaan tekanan darah turut mempertegas urgensi kegiatan ini. Hampir setengah jumlah lansia memiliki tekanan darah ≥ 140 mmHg, menempatkan mereka pada risiko tinggi komplikasi hipertensi. Temuan tersebut konsisten dengan teori yang menyatakan bahwa proses penuaan menyebabkan perubahan fisiologis pada pembuluh darah sehingga meningkatkan risiko hipertensi. Oleh karena itu, intervensi edukasi menjadi langkah penting untuk meningkatkan kemampuan lansia dalam mengenali tanda bahaya hipertensi dan memahami tindakan pencegahannya. Teori keperawatan komunitas juga menekankan bahwa lansia merupakan kelompok rentan yang membutuhkan pendekatan edukatif yang sistematis dan berkelanjutan, dan penyuluhan ini telah menjawab kebutuhan tersebut melalui materi relevan, contoh tindakan praktis, serta media edukasi yang mudah dipahami.

Data karakteristik peserta menunjukkan bahwa lansia terdiri dari 11 peserta berusia 50–60 tahun dan 14 peserta berusia lebih dari 60 tahun, dengan mayoritas perempuan (72 persen). Pemeriksaan tekanan darah mengungkapkan bahwa 48 persen peserta memiliki tekanan darah lebih dari 140 mmHg, sedangkan 44 persen berada pada kategori 120–140 mmHg, sehingga menegaskan bahwa hipertensi merupakan masalah signifikan bagi kelompok ini. Tingginya keterlibatan peserta dalam kegiatan—mulai dari pemeriksaan tekanan darah, sesi tanya jawab, hingga senam lansia—menunjukkan efektivitas metode penyampaian materi. Hal ini sejalan dengan teori komunikasi kesehatan yang menjelaskan bahwa pembelajaran lebih efektif ketika peserta berperan aktif, bukan hanya sebagai penerima informasi. Kegiatan senam lansia menjadi wujud nyata edukasi praktis yang membantu peserta memahami pentingnya aktivitas fisik dalam menjaga tekanan darah tetap stabil.

Hasil pre-test menunjukkan bahwa 64 persen lansia memiliki pengetahuan kurang, sementara hanya 36 persen yang berada pada kategori baik. Setelah penyuluhan, terjadi peningkatan signifikan di mana 88 persen peserta mencapai kategori pengetahuan baik, dan hanya tiga orang yang masih berkategori kurang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian M. A. Astutiatmaja (2022), yang menunjukkan bahwa penyuluhan hipertensi melalui ceramah, poster, dan praktik senam dapat meningkatkan pengetahuan peserta hingga 80 persen. Hal ini membuktikan bahwa informasi yang terstruktur dan mudah dipahami mampu meningkatkan kesadaran serta kemampuan lansia dalam mengenali faktor risiko, tanda-gejala, dan cara pencegahan hipertensi. Selain peningkatan pengetahuan, peserta juga aktif mengikuti kegiatan senam dan pemeriksaan tekanan darah, serta menyampaikan bahwa kegiatan ini memberikan pengalaman baru tentang cara menjaga tekanan darah, memahami risiko hipertensi, dan pentingnya pemeriksaan rutin.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Avisia DKK, (2025) menunjukkan tren serupa, yakni edukasi melalui ceramah, leaflet, serta senam hipertensi terbukti mampu meningkatkan pengetahuan dan menurunkan tekanan darah lansia. Dalam penelitian tersebut, 57 persen responden memiliki tekanan darah $\geq 160/95$ mmHg, dan setelah intervensi edukasi, rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 6 menjadi 9, disertai perbaikan kondisi tekanan darah pada sebagian peserta. Temuan ini memperkuat bahwa edukasi terstruktur dan praktik kesehatan sederhana mampu memberikan dampak nyata bagi kelompok lansia dalam upaya pencegahan hipertensi.

Kebermanfaatan kegiatan ini dirasakan secara langsung oleh mitra, di mana banyak lansia memperoleh pemahaman baru mengenai cara mengontrol tekanan darah melalui pemeriksaan rutin, pola makan rendah garam, aktivitas fisik, dan pengelolaan stres. Kegiatan ini juga memberi pengalaman bagi keluarga dan kader lingkungan dalam mengamati proses edukasi yang berpotensi diterapkan secara mandiri dalam kegiatan masyarakat. Beberapa peserta menunjukkan komitmen untuk lebih teratur memeriksakan tekanan darah, menunjukkan adanya perubahan sikap positif setelah penyuluhan. Kebermanfaatan ini tidak hanya berdampak jangka pendek melalui peningkatan pengetahuan, tetapi juga berpotensi menghasilkan perubahan perilaku jangka panjang yang mendukung kesehatan lansia.

Penelitian serupa yang dilakukan oleh Anwar (2023) juga menjelaskan bahwa Pemberian edukasi tentang hipertensi kepada lansia memberikan manfaat penting karena dapat meningkatkan pengetahuan mereka mengenai definisi hipertensi, faktor risiko, gejala, dampak, serta cara pencegahan dan penanganannya. Sebelum edukasi dilakukan, sebagian besar peserta tidak memahami apa itu hipertensi dan faktor penyebabnya. Setelah kegiatan berlangsung, banyak lansia dan kader Posyandu mampu menjawab pertanyaan dengan benar, menunjukkan adanya peningkatan pemahaman. Edukasi ini sangat bermanfaat mengingat akses ke layanan kesehatan di desa tersebut terbatas, sehingga pengetahuan yang diperoleh membantu lansia mengambil keputusan kesehatan secara mandiri serta mendorong mereka untuk menerapkan gaya hidup lebih sehat guna mencegah komplikasi penyakit hipertensi.

Evaluasi melalui kuesioner pre-test dan post-test menjadi komponen penting dalam menilai efektivitas kegiatan. Perbedaan skor yang signifikan sebelum dan sesudah penyuluhan menegaskan bahwa tujuan kegiatan tercapai dengan baik. Teknik evaluasi ini sesuai dengan metode penilaian dalam program kesehatan masyarakat yang menekankan perubahan pengetahuan sebagai indikator keberhasilan intervensi edukatif. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan hipertensi pada lansia di RT 19 telah memberikan dampak positif baik dari aspek kognitif, perilaku, maupun keterlibatan aktif peserta.

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan dan edukasi hipertensi bagi lansia di RT 19 Kelurahan Talang Semut memberikan temuan baru berupa peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah intervensi edukatif dilaksanakan, yaitu dari 36 persen menjadi 88 persen peserta dengan kategori pengetahuan baik. Kebaruan kegiatan ini terletak pada penggunaan pendekatan edukasi yang menyeluruh melalui ceramah interaktif, senam lansia, pemeriksaan kesehatan, serta pemanfaatan media leaflet berbasis prinsip PATUH yang terbukti mudah dipahami oleh kelompok lansia. Kegiatan ini memberikan manfaat langsung bagi masyarakat berupa peningkatan kemampuan mengenali tanda hipertensi, memahami cara pencegahan, serta mendorong perilaku hidup sehat yang dapat diterapkan mandiri di rumah. Secara teoritik, kegiatan ini memperkuat bukti bahwa kombinasi metode edukasi verbal-visual dan partisipasi aktif sangat efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan pada kelompok rentan, khususnya lansia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada RT 19 Kelurahan Talang Semut, Kecamatan Bukit Kecil Kota Palembang sebagai mitra kegiatan yang telah memberikan dukungan penuh selama proses pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat. Apresiasi juga diberikan kepada Puskesmas Merdeka Palembang atas kerja sama dan fasilitasi pemeriksaan kesehatan bagi para lansia. Begitu kepada Politeknik Kesehatan Kemenkes Palembang, khususnya Jurusan Keperawatan, selaku penyelenggara dan pendukung pendanaan mandiri, sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik. Terima kasih juga diberikan tim pengabdian serta mahasiswa yang telah berkontribusi dalam seluruh rangkaian kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, S., Is, J. M., & Murdani, I. (2023). Upaya peningkatan pengetahuan lansia tentang hipertensi di desa alue keumang kecamatan pante cermin kabupaten aceh barat. 2(April), 55–62.
- Athiutama, A., Satyawan, W. D. ., Febrianti, K. N. ., & Sekaryanti, D. A. . (2024). Dukungan Emosional Keluarga dengan Pelaksanaan Continuity of Care pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 16(4), 1311–1318. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v16i4.2082>
- Astutiastmaja, A., Dewiyanti, V. R., Rukmana, Q., Sianti, A., Ainaya, F. S., Ayati, N., Haura, K., Prasastywy, A., Saputro, A., Subandi, A., Fauziana, E., Lestari, D., Arifah, I., & Suswardany, D.

- L. (2024). " Lansia Berdaya " Program Penguatan Posyandu Lansia Dusun 2 Desa Karangwuni Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Pencegahan Hipertensi. 27(2), 313–321.
- Astutiatmaja, M. A., Arlitasari, S. I., Hamidah, F., Azzahra, P., Damayanti, R., Izzuddin, A. M., Ananda, A. T., & Sari, I. K. (2022). Penyuluhan Hipertensi Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Pencegahan Hipertensi Di Posyandu Purbosari 5 Desa Purbayan Kabupaten Sukoharjo. 99–106.
- Avisa Silviana Adi Astuti, Namira Anfi Normalitasari, Amanda Putri Nurhaliza, Indria Irvi Salsabillah, Anaelia Syakilla Maharatna, Andita Ayu Masruro, Nurul Hidayah, D. P. A. W., & Nugraha Satya Ramadhan, Tsabitah Syahla Khairunisa, Zahrina Widyani, Mega Ilham Geovani, Eni Purwani, A. P. (2025). Edukasi hipertensi sebagai upaya peningkatan pengetahuan dan pencegahan hipertensi pada lansia di desa blimbing. 2(1), 222–229.
- Dinas Kesehatan SUMSEL. (2024). profil kesehatan provinsi sumatera selatan.
- Erman, I., Febriani, I., Athiutama, A., & Sunu, G. (2022). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam (*Syzygium Polyanthum*) Penderita Hipertensi di Panti Sosial Lansia Harapan Kita Kota Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Immanuel*, 16(2), 73–83. <https://doi.org/10.36051/jiki.v16i2.197>
- Febriani, I., Lestari, I., Erman, I., & Athiutama, A. (2023). Implementasi keperawatan teknik relaksasi otot progresif pada lansia penderita hipertensi dengan masalah nyeri. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 5(1). <https://doi.org/10.36086/jkm.v5i1.2830>
- Istiqomah, F., Tawakal, A. I., Haliman, C. D., & Atmaka, D. R. (2022). Pengaruh Pemberian Edukasi Terhadap Pengetahuan Hipertensi Peserta Prolanis Perempuan di Puskesmas Brambang , Kabupaten Jombang The Effect Of Education On Knowledge Of Hypertension In Female Prolanis Participants In Puskesmas Brambang , *Jombang Regency*. 2–6.
- Setiadi, D. B., Triyanto, E., & Upoyo, A. S. (2024). Terapi non-farmakologi dalam mengurangi tingkat nyeri kepala pada pasien hipertensi: A literature review. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 18(9), 1192–1201. <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i9.629>
- World Health Organization (WHO). (2023). Global report on hypertension. In Universitas Nusantara PGRI Kediri (Vol. 01).