

Penyuluhan Hipertensi Pada Jemaat gereja GMIT Tanelain Manulai 1

**Deviarbi Sakke Tira¹, Melania Alpiani Derang Pehan², Dionisia Cacalia Adang³,
Novianti Serni M. Benu⁴, Adelia F. D. Bili⁵, Kresesia Aprillia Putri Dealdo⁶, Arias
Umbu Amas⁷, Tammy Andrea Barbier⁸, Soleman Landi⁹**

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9} Universitas Nusa Cendana, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Deviarbi Sakke Tira

E-mail: deviarbi.tira@staf.undana.ac.id

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan angka morbiditas dan mortalitas tinggi secara global. Penyuluhan kesehatan menjadi salah satu upaya penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pencegahan hipertensi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan jemaat Gereja GMIT Talenlain Manulai I tentang hipertensi. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah interaktif yang disertai sesi tanya jawab. Sebelum penyuluhan, dilakukan pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta. Setelah penyuluhan, dilakukan post-test untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan. Sebanyak 35 orang jemaat terlibat dalam kegiatan ini. Materi penyuluhan mencakup definisi, penyebab, tanda dan gejala, komplikasi, diagnosis, serta pencegahan hipertensi. Hasil pre-test menunjukkan nilai rata-rata pengetahuan peserta sebesar 64, sedangkan post-test meningkat menjadi 81. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai $p=0.000$ yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara pre-test dan post-test. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang dilakukan efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai hipertensi. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat mendorong masyarakat untuk lebih peduli terhadap kesehatan, menerapkan pola hidup sehat, serta menghindari faktor risiko hipertensi dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci – hipertensi, penyuluhan kesehatan, pengetahuan, masyarakat, pencegahan

Abstract

Hypertension is one of the most common non-communicable diseases globally, with high morbidity and mortality rates. Health education is an essential effort to raise public awareness about hypertension prevention. This community service activity aimed to increase the knowledge of the congregation at GMIT Talenlain Church in Manulai I regarding hypertension. The method used was an interactive lecture combined with a question-and-answer session. A pre-test was conducted to assess participants' initial knowledge, followed by a post-test to evaluate any improvements. A total of 35 church members participated in this activity. The educational content included the definition, causes, signs and symptoms, complications, diagnosis, and prevention of hypertension. The pre-test results showed an average knowledge score of 64, which increased to 81 in the post-test. Data analysis using the Wilcoxon Signed Rank Test showed a p -value of 0.000, indicating a significant difference between the pre-test and post-test scores. These results suggest that the health education session was effective in enhancing participants' understanding of hypertension. The increased knowledge is expected to encourage the community to be more health-conscious, adopt healthy lifestyles, and avoid risk factors associated with hypertension in their daily lives.

Keywords – hypertension, health education, knowledge, community, prevention

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat karena tingkat morbiditas dan mortalitas yang tinggi secara global. Penyakit ini berkembang perlahan, tidak menular, dan berlangsung dalam jangka waktu lama. Penyakit tidak menular menyebabkan angka kematian yang tinggi setiap tahunnya dan dapat menjangkiti individu di berbagai usia maupun negara di seluruh dunia. Salah satu penyakit tidak menular yang banyak dialami oleh masyarakat di Indonesia adalah hipertensi (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023)

Hipertensi merupakan salah satu faktor paling umum yang berdampak terhadap terjadinya kardiovaskular, dan penyakit menjadi isu kesehatan utama di seluruh dunia (Manalu et al., 2023). Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah secara tidak wajar yang berlangsung dalam waktu lama. Menurut WHO dan JNC VII, tekanan darah dikategorikan sebagai hipertensi jika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (Nurvita, 2021). Hipertensi dianggap sebagai penyakit serius karena dampaknya yang luas dan berpotensi menyebabkan kematian. Hipertensi juga dijuluki sebagai "*silent killer*" karena dapat menyebabkan kematian mendadak bagi penderitanya. Kematian dapat terjadi akibat hipertensi itu sendiri atau sebagai komplikasi dari penyakit lain yang diawali oleh hipertensi.

Karakteristik individu juga dapat memengaruhi tekanan darah (hipertensi). Karakteristik penderita hipertensi terbagi menjadi beberapa faktor, yaitu usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan riwayat hipertensi. Faktor-faktor penyebab hipertensi dibagi menjadi dua, yaitu: (1) faktor yang tidak dapat diubah, seperti jenis kelamin, usia, dan faktor genetik; serta (2) faktor yang dapat diubah, seperti pola makan, kebiasaan olahraga, dan gaya hidup (Baringbing, 2023).

Data World Health Organization (WHO) menunjukkan 1 dari 3 orang di dunia mengalami Hipertensi. Menurut WHO (2018), prevalensi hipertensi di dunia mencapai 26,4%, atau sekitar 972 juta orang, dan angka ini meningkat menjadi 29,2% pada tahun 2021. WHO (2018) juga memperkirakan bahwa 9,4 juta orang meninggal setiap tahunnya akibat komplikasi hipertensi. Dari total 972 juta penderita hipertensi, 333 juta kasus ditemukan di negara maju, sedangkan 639 juta kasus lainnya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia. Permasalahan hipertensi di Indonesia masih merupakan tantangan besar, RISKESDAS tahun 2018 menunjukkan prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,11%, estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.128 kematian.

Badan Pusat Statistika, 2021 pada tahun 2018 NTT menempati urutan ke 18 dengan prevalensi hipertensi tertinggi di Indonesia dengan prevalensinya sebesar 27,7%. Data RISKESDAS tahun (2018) penyakit hipertensi di Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) mencapai angka 7,2% atau 76.130 kasus. Angka ini menempatkan hipertensi sebagai penyakit tertinggi keempat di provinsi NTT. Data tahun 2017 Kabupaten Kupang merupakan salah satu kabupaten dengan Kasus hipertensi tertinggi di propinsi NTT dengan 1.582 kasus. Penyuluhan Kesehatan merupakan salah satu Langkah pencegahan hipertensi.

Penyuluhan kesehatan merupakan kegiatan pendidikan kesehatan, yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan dapat melakukan anjuran yang berhubungan dengan kesehatan. Penyuluhan kesehatan merupakan suatu cara merubah diri seseorang melalui informasi yang didapatkan untuk melakukan sesuai dengan yang diinginkan oleh yang memberikan penyuluhan. Pengetahuan individu mempengaruhi kesadaran terhadap perilaku pencegahan hipertensi, dengan kata lain makin tinggi pengetahuan individu mengenai penyebab hipertensi, faktor pemicu, tanda gejala, dan tekanan darah normal dan tidak normal maka individu akan cenderung menghindari hal-hal yang dapat memicu terjadinya hipertensi, seperti perilaku merokok, minum kopi, dan obesitas (Athiyya et al., 2021).

Manulai I yang terletak di Kecamatan Kupang Barat menjadi lokasi terpilih untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Beberapa masyarakat Manulai I menderita penyakit hipertensi, namun masih banyak masyarakat yang tidak tahu cara mengatasi dan mencegah penyakit hipertensi.

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

Oleh karena itu, kelompok kami melaksanakan kegiatan penyuluhan tentang hipertensi bagi masyarakat Manulai I dimana gereja GMIT Jemaat Talenlain Manulai I menjadi Lokasi penyuluhan. Kegiatan penyuluhan ini bertujuan agar dapat meningkatkan kesadaran masyarakat Manulai I tentang penyakit hipertensi dan diharapkan setelah mengikuti penyuluhan masyarakat Manulai I dapat menerapkan pola hidup sehat serta menghindari factor risiko sehingga dapat terhindar dari penyakit.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Gereja GMIT Talenlain Manulai 1 dengan melibatkan 35 orang jemaat sebagai peserta. Sebelum penyuluhan dimulai, tim terlebih dahulu melakukan koordinasi dengan pengurus gereja untuk memperoleh izin, menyiapkan ruang pertemuan, serta mempromosikan kegiatan melalui pengumuman. Persiapan logistik meliputi alat presentasi dan materi edukasi.

Metode utama yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan tentang hipertensi dengan pendekatan ceramah, yang mencakup materi definisi, penyebab, tanda gejala, komplikasi, diagnosis, dan pencegahan hipertensi. Untuk memastikan pemahaman peserta, sesi ceramah diselingi dengan tanya jawab dua arah. Evaluasi efektivitas penyuluhan dilakukan melalui pembagian *pre-test* sebelum kegiatan dan *post-test* setelah penyuluhan, dengan instrumen yang sama untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta.

Data yang diperoleh dianalisis secara statistik menggunakan SPSS versi 25 karena data tidak terdistribusi normal maka digunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test ($\alpha=0,05$) untuk membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* guna menilai signifikansi peningkatan pengetahuan peserta setelah dilakukan penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini diselenggarakan di Gereja GMIT jemaat Talenlain Manulai 1 Provinsi Nusa Tenggara Timur pada Bulan Maret 2025. Peserta kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah jemaat gereja GMIT Talenlain Manulai 1, jumlah peserta yang terlibat dalam kegiatan ini sebanyak 35 orang. Pengabdian masyarakat berupa penyuluhan tentang hipertensi ini dilakukan di Gereja GMIT Talenlain Manulai I dengan menggunakan metode ceramah yang diselingi sesi tanya jawab untuk memastikan pemahaman jemaat.

Tabel 1.
Skor *Pre-test* dan *post-test* Tentang Hipertensi

Keterangan	Nilai rata-rata
Pengetahuan <i>pre test</i> penyuluhan	64
Pengetahuan <i>post test</i> penyuluhan	81

Kegiatan ini diawali dengan pemberian *pre-test* untuk mengukur pengetahuan awal peserta, selanjutnya dilakukan penyuluhan dan analisis perkembangan pengetahuan responden kembali melalui *post-test* dengan soal dan waktu pengerjaan yang sama. Hasil skor *pre-test* sebelum penyuluhan menunjukkan tingkat pengetahuan peserta sebesar 64, sedangkan skor *post-test* setelah penyuluhan meningkat menjadi 80. Analisis data dilakukan dengan membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* yang diperoleh dari peserta. Hal ini membuktikan adanya peningkatan pengetahuan peserta tentang definisi, penyebab, tanda gejala, komplikasi, diagnosis dan pencegahan hipertensi.

Test Statistics ^a	
	post test penyuluhan di gereja manulai 1 - Nilai pre test penyuluhan di gereja manulai 1
Z	-4.054 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	
b. Based on negative ranks.	

Gambar 2.
Hasil Uji Statistik wilcoxon signed rank test

Analisis data secara statistik, digunakan uji Wilcoxon signed rank test melalui aplikasi SPSS. Uji ini bertujuan untuk menentukan apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test*. Hasil uji wilcoxon signed rank test pada aplikasi SPSS menunjukkan $p=0.000$ (p value kurang dari 0.05) yang membuktikan adanya pengaruh signifikan penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan tentang hipertensi di jemaat gereja GMT Talenlain Manulai 1.



Gambar 2.
Penyuluhan hipertensi

KESIMPULAN

Penyuluhan mengenai hipertensi yang dilakukan di jemaat gereja GMT Talenlain Manulai 1 terbukti berhasil dalam meningkatkan pengetahuan jemaat tentang penyakit ini. Hasil dari uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan dengan nilai p sebesar 0.000, yang mengindikasikan bahwa penyuluhan tersebut efektif dalam memperdalam pemahaman jemaat mengenai faktor risiko, gejala, dan metode pencegahan hipertensi. Peningkatan pengetahuan ini sangat krusial untuk mendorong masyarakat agar lebih aktif dalam menjaga kesehatan dan mengurangi risiko terkena hipertensi.

Dari hasil penelitian ini, disarankan agar program penyuluhan tentang hipertensi dilanjutkan dan diperluas ke komunitas lain untuk meningkatkan kesadaran kesehatan secara lebih luas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini, penulis menyadari sepenuhnya bahwa keberhasilan acara tidak terlepas dari dukungan, motivasi, dan bimbingan yang diberikan oleh

berbagai pihak, baik secara moril maupun materil. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan penghargaan, penulis mengucapkan terima kasih yang tulus kepada:

1. Prof. Dr. Apris A. Adu, S.Pt., M.Kes, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana, atas kebijakan dan dukungannya sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.
2. Bapak Mustakim Sahdan S.KM., M.Kes, selaku Ketua Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, atas arahan dan fasilitas yang diberikan demi kelancaran program.
3. Ibu Deviarbi Sake Tira, S.KM., M.Kes, selaku Dosen Pengampu Mata Kuliah Epidemiologi Penyakit Tidak Menular, yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan, dan materi berharga untuk kesuksesan penyuluhan ini.
4. Ibu Pendeta Yunita E.Abolla, M.Th dan seluruh jemaat Gereja GMT Talenlain Manulai 1 atas keramahan, dukungan, serta kesempatan yang diberikan kepada penulis untuk melaksanakan kegiatan penyuluhan di lingkungan gereja. Partisipasi aktif jemaat sangat berarti dalam mencapai tujuan edukatif kegiatan ini.
5. Rekan-rekan Kelompok 5 yang telah bekerja sama dengan penuh dedikasi, kekompakan, dan semangat gotong royong dari perencanaan hingga pelaksanaan.

Penulis juga berterima kasih kepada semua pihak yang turut berkontribusi, baik langsung maupun tidak langsung. Semoga kebaikan yang diberikan menjadi berkat dan mendapat balasan yang berlipat ganda

DAFTAR PUSTAKA

- Athiyya, N., Fitriani, L., KIA dan Kesehatan Reproduksi, D., Studi Kesehatan Masyarakat, P., Kedokteran, F., Lambung Mangkurat, U., & Selatan, K. (2021). *Penyuluhan Hipertensi Melalui Whatsapp Group Sebagai Upaya Pengendalian Hipertensi*. 4.
- Badan Pusat Statistika. (2021). *Prevalensi Tekanan Darah Tinggi Menurut Provinsi, 2016-2018*. Bps.Go.Id. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTQ4MCMY/prevalensi-tekanan-darah-tinggi-menurut-provinsi.html>
- Baringbing, E. P. (2023). Pengaruh Karakteristik Pendidikan dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di RSUD dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika*, 9(3), 124–130. <https://doi.org/10.33084/jsm.v9i3.6492>
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, A. E. (2023). *Hipertensi*.
- Manalu, S. P., Hasibuan, N. H., Sari, Y. A., & Nadhira, A. C. (2023). Penyuluhan Hipertensi di Desa Perkebunan Tanjung Kasau Kabupaten Batu Bara. *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(4), 1430. <https://doi.org/10.20527/btjpm.v5i4.9472>
- Nurvita, S. (2021). *Literature Riview Gambaran Hipertensi di Indonesia*.