

**Penyuluhan Pencegahan Hipertensi Berbasis Diagnosis  
Komunitas di Padukuhan Cabeyan, Sewon,  
Kabupaten Bantul**

**\*Solikhah & Dian Kurniawani**

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia

**ABSTRAK**

Hipertensi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat termasuk di Padukuhan Cabeyan. Pola hidup yang tidak sehat menjadi faktor dominan tercetusnya hipertensi. Oleh karena itu pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan tujuan mengedukasi masyarakat tentang pola hidup sehat agar terhindar dari hipertensi. Metode yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ada tiga tahapan yaitu tahap menemukan prioritas masalah dan memutuskan solusi permasalahan. Tahap kedua dengan intervensi dan tahap keakhir dengan evaluasi dari intervensi yang dilakukan. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada tanggal 6 Maret 2022, 11 Juni dan 14 Juni 2022 di rumah Kepala Dukun Cabeyan yang dihadiri sejumlah 32 orang. Pelaksanaan kegiatan berupa focus group of discussion untuk penentuan prioritas dan solusi program kegiatan dukuh. Penyuluhan hipertensi dilakukan atas kesepakatan seluruh warga. Evaluasi program kegiatan dengan menyebarkan pre dan post test kusioner, dimana ada peningkatan skor pemahaman tentang hipertensi pada warga pedukuhan sebesar 15,6. Hal ini menunjukkan angka yang sudah cukup baik. Dari hasil kegiatan tersebut bisa dilihat dari hasil post test yang dilaksanakan bahwa warga lebih mengerti dan mengetahui terkait penyakit hipertensi mulai dari definisi hingga pencegahannya. Gaya hidup sehat perlu digalaknya dan dipromosikan melalui berbagai cara, supaya masyarakat terhindar dari hipertensi.

*Kata kunci: Diagnosis Komunitas, Penyakit Tidak Menular, Hipertensi, Tekanan Darah.*

**Community Diagnosis of Hypertension Padukuhan Cabeyan,  
Panggunharjo Village, Kapanewon Sewon, Bantul Regency**

**ABSTRACT**

Padukuhan Cabeyan still has hypertension. Hypertension is mostly caused by an unhealthy lifestyle. This community service promotes a healthy lifestyle to prevent hypertension. Community service's three steps include prioritizing issues and choosing solutions. Interventions and evaluation follow. 32 individuals attended the activities at the Cabeyan Hamlet Head's house on 6 March, 11 June, and 14 June 2022. Focus group conversations to prioritize and solve hamlet activity programs. Residents consent to hypertension counseling. Distribution of pre- and post-test questionnaires showed a 15.6-point rise in Dukuh inhabitants' hypertension understanding. Good number. These programs taught residents about hypertension, from definition to prevention, as shown by the post test.

*Keyword: Community Diagnostics, Non-Communicable Diseases, Hypertension, Blood pressure.*

**\* Corresponding Author:**

Email : [solikhah@ikm.uad.ac.id](mailto:solikhah@ikm.uad.ac.id)

Alamat : Jl. Prof. DR. Soepomo Sh,  
Warungboto, Kec. Umbulharjo,  
Kota Yogyakarta, DIY 55164.

Hal: 113-119

This Journal is licensed under a [Creative Commons Attribution ShareAlike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)



## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang paling penting untuk diobati, karena hipertensi merupakan faktor risiko tertinggi untuk angka kesakitan dan kematian. Selain itu, Hipertensi merupakan penyakit menular yang sampai saat ini masih menjadi masalah kesehatan yang sangat serius untuk ditangani, karena hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan peluang terkena penyakit stroke, penyakit jantung kongestif dan terkena serangan jantung (Rahajeng & Tuminah, 2009; Amisi dkk., 2018). Menurut data WHO pada tahun 2018 menyebutkan bahwa rata-rata prevalensi kejadian hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Jumlah penyandang hipertensi diperkirakan akan terus meningkat tiap tahunnya dan pada setiap tahunnya ada 9,4 juta orang meninggal akibat kejadian hipertensi (Jabani dkk., 2021)

Menurut data Riskesdas tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1%. Kasus hipertensi tersebut mengalami peningkatan di dibandingkan prevalensi pada tahun 2013 yaitu sebesar 25,8%. Sementara itu kasus hipertensi di wilayah Daerah Istimewa (DI) Yogyakarta sebesar 11.01% atau lebih tinggi dibandingkan dengan angka nasional (8,8%) (Tirtasari & Kodim, 2019). Kejadian hipertensi selalu masuk 10 besar penyakit serta 10 besar penyebab kematian di Provinsi DI Yogyakarta selama beberapa tahun terakhir. Berdasarkan surveilans terpadu penyakit di puskesmas maupun di rumah sakit, tahun 2020 jumlah sebesar 6.171 (rawat inap) dan 33.507 (rawat jalan). Keseluruhan penderita hipertensi berusia lebih dari 15 tahun sebanyak 210.112 kasus dan baru 69,6% kasus hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan (DINKES DIY 2020).

Kabupaten Bantul adalah salah satu dari 5 kabupaten yang ada di DI Yogyakarta. Berdasarkan data Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul, sejak tahun 2020, penyakit tidak menular mendominasi pada masyarakat Bantul. Hal ini mempertegas kesimpulan bahwa di Kabupaten Bantul telah terjadi transisi epidemiologi dengan semakin menonjolnya penyakit-penyakit tidak menular, khususnya penyakit hipertensi dengan kasus sebesar 83.932 kasus hipertensi.

Puskesmas Sewon II adalah salah satu unit kerja di area Kabupaten Bantul. Berdasarkan studi pendahuluan didapatkan data bahwa jumlah penderita kasus hipertensi cukup tinggi yaitu sebesar 4.335 pada tahun 2020. Salah satu upaya pemerintah Bantul untuk menekan laju penambahan kasus hipertensi, yaitu dengan membudayakan tentang Gerakan Masyarakat Sehat (Germas). Germas ini suatu gerakan yang bertujuan untuk membudayakan masyarakat supaya hidup sehat dan terhindar dari penyakit, diantaranya 1) ajakan untuk beraktifitas fisik, 2) berhenti merokok, 3) membiasakan makan buah dan sayur, 4) berhenti minum alcohol, 5) melakukan pemeriksaan kesehatan dengan rutin, 6) menjaga kebersihan lingkungan, dan 7) menggunakan jamban sehat (Sholihah dkk., 2022).

Pedukuhan Cabeyan Kalurahan Panggungharjo, Kapanewon Sewon, Kabupaten Bantul adalah salah satu padukuhan di wilayah kerja Puskesmas Sewon II. Berdasarkan studi pendahuluan di pedukuhan tersebut, mayoritas masyarakat belum memahami tentang faktor risiko penyebab hipertensi, malas berolahraga serta banyak masyarakat yang kurang makan buah serta sayur, justru mayoritas mengkonsumsi makanan gorengan dan yang banyak garam. Pola

makan yang tidak sehat, salah satunya adalah konsumsi garam berlebih dapat memicu terjadinya hipertensi (Purwono dkk., 2020; Solikhah dkk., 2023). Oleh karena itu, pengabdian kepada masyarakat kali ini bertujuan untuk edukasi penyakit hipertensi berbasis diagnosis komunitas di Padukuhan Cabeyan, Kalurahan Panggungharjo, Kapanewon Sewon, Kabupaten Bantul. Diagnosis komunitas (*community diagnosis*) merupakan salah satu kegiatan yang dilakukan untuk menganalisis suatu penyakit yang terjadi di masyarakat pada sekelompok orang maupun individu yang hidup pada lingkungan dan waktu yang sama (Katiandagho et al., 2012) (Syakurah & Moudy 2022). Komunitas diagnosis sangat perlu dilakukan guna memberikan gambaran secara keseluruhan mengenai kondisi suatu masyarakat sehingga aktivitas ini dapat menilai dan menghubungkan masalah, kebutuhan, keinginan, dan fasilitas yang tersedia dalam komunitas. Oleh karena itu, tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk mengevaluasi edukasi penyakit hipertensi berbasis komunitas.

## METODE

Pengabdian kepada masyarakat (PKM) dilakukan pada 6 Maret 2022, 11 Juni dan 14 Juni 2022 dengan lokasi pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di rumah kepala dukuh Padukuhan Cabeyan, Kalurahan Panggungharjo, Kapanewon Sewon, Kabupaten Bantul dengan dihadiri oleh kepala dukuh, kader dan warga Padukuhan Cabeyan berjumlah 32 orang.

Metode yang digunakan dalam PKM kali ini menggunakan beberapa tahapan. Tahap 1 disebut sebagai tahap identifikasi masalah, dimana pada tahap ini, tim PKM melakukan *brainstorming* dengan metoda *focus group discussion* (FGD) di acara musyawarah masyarakat desa yang melibatkan kepala dukuh, ketua rumah tangga (RT), kader dan perwakilan yang terpilih dari masyarakat untuk melakukan curah pendapat berkaitan permasalahan kesehatan di masyarakat di Padukuhan Cabeyan, Kalurahan Panggungharjo, Kapanewon Sewon, Kabupaten Bantul. Pada tahap pertama ini akan tercapai kesepakatan dengan warga terkait dengan solusi permasalahan kesehatan yang akan dilakukan intervensi.

Tahap kedua yaitu pelaksanaan kegiatan. Pada tahap ini akan terjadi diskusi dengan masyarakat setempat terkait dengan bentuk intervensi yang akan dilakukan dengan mempertimbangkan segala aspek kemudahan, waktu dan sumber daya. Tahap ketiga yaitu evaluasi program, dimana dalam tahap terakhir ini berguna untuk mengevaluasi kegiatan intervensi yang telah disepati tersebut. Tahap evaluasi kegiatan ini akan digunakan metode *pre* dan *post test* menggunakan kuesioner untuk menilai efektivitas dari intervensi yang telah dilakukan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini dilaksanakan pada tanggal 6 Maret 2022, 11 Juni dan 14 Juni 2022 dengan lokasi pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat di rumah kepala dukuh Padukuhan Cabeyan, Kalurahan Panggungharjo, Kapanewon Sewon, Kabupaten Bantul. Pada tanggal 6 Maret 2022 telah dilakukan FGD yang dihadiri oleh kepala dukuh, kader dan warga masyarakat. Dari hasil FDG didapatkan permasalahan kesehatan berupa

hipertensi. Hal ini dikarenakan mayoritas masyarakat menderita penyakit hipertensi serta gaya hidup yang mereka jalankan mayoritas tidak sehat, seperti kurang olahraga, banyak makan gorengan, dan berkadar garam tinggi. Dalam FGD tersebut juga telah terjadi kesepakatan dengan warga bahwa bentuk intervensi yang dilakukan adalah dengan penyuluhan. FGD ini merupakan salah satu bentuk diagnosis komunitas (Gambar 1).

Diagnosis komunitas (*community diagnosis*) merupakan salah satu kegiatan yang dilakukan untuk menganalisis suatu penyakit yang terjadi di masyarakat pada sekelompok orang maupun individu yang hidup pada lingkungan dan waktu yang sama (Katiandagho et al., 2012). Komunitas diagnosis sangat perlu dilakukan guna memberikan gambaran secara keseluruhan mengenai kondisi suatu masyarakat sehingga aktivitas ini dapat menilai dan menghubungkan masalah, kebutuhan, keinginan, dan fasilitas yang tersedia dalam komunitas. Dari empat hubungan ini, solusi atau intervensi untuk pemecahan masalah dapat ditetapkan (Indarjo et al., 2016). Kesehatan merupakan salah satu kebutuhan dasar masyarakat, maka kesehatan adalah hak bagi setiap warga masyarakat yang dilindungi oleh Undang-Undang Dasar. Oleh karena itu, perbaikan pelayanan kesehatan pada dasarnya merupakan suatu investasi sumber daya manusia untuk mencapai masyarakat yang sejahtera. Tingkat kesehatan masyarakat akan sangat berpengaruh terhadap tingkat kesejahteraan masyarakat, karena tingkat kesehatan memiliki keterkaitan yang erat dengan tingkat kemiskinan. Sementara, tingkat kemiskinan akan terikat dengan tingkat kesejahteraan (Widiastuti, 2017). Dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan khususnya masyarakat desa, bukanlah tanggung jawab yang sepenuhnya dilimpahkan kepada instansi kesehatan saja, tetapi tanggung jawab bersama secara kolektif semua elemen bangsa, baik yang memiliki keterkaitan langsung maupun tidak. Hal ini perlu dilakukannya pendekatan masalah kesehatan dengan melalui kegiatan diagnosis komunitas.



**Gambar 1**  
**Diagnosis Komunitas dengan Warga Masyarakat**

Tahap selanjutnya dalam PKM kali ini adalah melakukan intervensi berupa penyuluhan untuk mencegah penyakit hipertensi. Tanggal 11 Juni merupakan hari dilaksanakannya penyuluhan sesuai dengan kesepakatan dari warga di Padukuhan Cabeyan, Kalurahan Panggunharjo, Kapanewon Sewon, Kabupaten Bantul. Jam pelaksanaan kegiatan dilakukan pada malam hari yaitu jam 20.00, dikarenakan mayoritas warga mempunyai waktu senggang di malam hari. Adapun materi yang nanti disampaikan berisikan pengetahuan tentang terjadinya hipertensi, faktor risiko hipertensi dan upaya pencegahan yang dilakukan untuk mencegah penyakit hipertensi. Sebanyak 32 warga masyarakat hadir diacara intervensi tersebut. Selain penyuluhan, warga juga diukur tekanan darahnya seperti Gambar 2.

Kegiatan penyuluhan merupakan salah satu upaya promotive dan pereventif yang murah, mudah dan cukup efektif untuk mengubah perilaku masyarakat (Patimah, 2019; Istichomah, 2020). Meskipun menubah perilaku itu membutuhkan waktu yang lama, namun dengan kontinuyitas secara perlahan-lahan dapat mengubah pola pikir masyarakat (Firmansyah dkk., 2019).

Tahap terakhir dari PKM adalah melakukan evaluasi kegiatan yang dilaksanakan pada tanggal 14 Juni 2022. Pada tanggal ini tim PKM bertemu dengan warga untuk menyampaikan hasil dari pre dan post test yang dilakukan selama kegiatan berlangsung. Dari Tabel 1 terlihat bahwa ada peningkatan poin pemahaman warga sekitar 15,6.



**Gambar 2**  
**Pengukuran Tekanan Darah Sebelum Melakukan**  
**Kegiatan Penyuluhan Hipertensi**

**Tabel 1**  
**Hasil Pre-Test & Post-Test dari 32 Partisipan**

	Rata-rata Nilai
Pre-Test	77,4
Post-Test	93,0

Sumber: Data Diolah

Hal ini menunjukkan angka yang sudah cukup baik mengingat di Padukuhan Cabeyan tersebut memiliki kegiatan rutin bulanan yaitu dengan penyuluhan penyakit degeneratif dan posbindu PTM. Diharapkannya setelah diadakannya penyuluhan hipertensi tersebut, warga mampu meningkatkan derajat kesehatannya dengan selalu menerapkan pola hidup sehat yang baik dan benar, agar selalu terhindar dari penyakit degeneratif misalnya hipertensi. Dan diharapkannya juga warga selalu menjaga lingkungan agar tetap bersih dan sehat

### SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Padukuhan Cabeyan, Kalurahan Panggunharjo, Kapanewon Sewon, Kabupaten Bantul. Hasil kesepatan tim PKM dengan warga di padukuhan tersebut adalah penyuluhan penyakit hipertensi. Kegiatan intervensi tersebut terbagi menjadi beberapa sesi dan tidak hanya penyuluhan saja, namun ada kegiatan pengukuran tekanan darah untuk warga yang hadir pada saat kegiatan penyuluhan berlangsung. Dari hasil kegiatan tersebut bisa dilihat dari hasil post test yang dilaksanakan bahwa warga lebih mengerti dan mengetahui terkait penyakit hipertensi mulai dari definisi hingga pencegahannya. Harapannya warga masyarakat di pedukuhan tersebut terhindar dari penyakit yang membahayakan akibat hipertensi dengan mempraktekkan pola hidup sehat.

### DAFTAR PUSTAKA

- Amisi, W. G., Nelwan, J. E. & Kolibu, F. K. (2018). Hubungan antara Hipertensi dengan Kejadian Penyakit Jantung Koroner pada Pasien yang Berobat di Rumah Sakit Umum Pusat Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 7(4), 1-7.
- DINKES DIY. (2020). *Profil Kesehatan DIY Tahun 2020*. Dinas Kesehatan DIY.
- Firmansyah, A., Jahidin, A. & Najamuddin, N. I. (2019). Efektivitas Penyuluhan dengan Menggunakan Media Leaflet dan Video Bahasa Daerah Terhadap Pengetahuan Bahaya Rokok Pada Remaja. *Bina Generasi: Jurnal Kesehatan*, 11(1), 80-86.
- Istichomah, I. (2020). Penyuluhan Kesehatan Tentang Hipertensi Pada Lansia di Dukuh Turi, Bambanglipuro, Bantul. *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)*, 2(1), 24-29.
- Jabani, A.S., Kusnan, A. & Cristian, M. (2021). Prevalensi dan Faktor Risiko Hipertensi Derajat 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. *Nursing Update*, 12(4), 31-42.

- Patimah, R. (2019). Upaya BPJS-Kesehatan dalam Meningkatkan Kualitas Kesehatan Masyarakat Melalui Pelayanan Promotif dan Preventif di Kecamatan Babulu Kabupaten Penajam Paser Utara. *eJournal Ilmu Pemerintahan*, 7(9).
- Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A. & Budianto, A. (2020). Pola Konsumsi Garam dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 5(1), 531-542.
- Rahajeng, E. & Tuminah, S. (2009). Prevalensi Hipertensi dan Determinannya di Indonesia. *Maj Kedokt Indon*, 59(12), 580-587.
- Sholihah, A., Handayani, A.R., Igamaliga, Alamsyah, S. & Sakinah, S. (2022). Efektivitas Program Germas Dalam Peningkatan Status Kesehatan Masyarakat Melalui Sosialisasi Germas. *Jurnal Pustaka Keperawatan (Pusat Akses kajian Keperawatan)*, 1(2), 5-8.
- Solikhah, S., Haifa, A., & Fauzi, E. R. (2023). Edukasi tentang Penyakit Hipertensi Sebagai Salah Satu Cara untuk Mengkampanyekan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. *KACANEGARA Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, 6(1), 81-88.
- Syakurah, R. A., & Moudy, J. (2022). Diagnosis Komunitas dengan Pendekatan *Proceed-Precede* Pada Mahasiswa Kepaniteraan Klinik. *Jambi Medical Journal Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 10(1), 1-19.
- Tirtasari, S., & Kodim, N. (2019). Prevalensi dan Karakteristik Hipertensi pada Usia Dewasa Muda di Indonesia. *Tarumanagara Medical Journal*, 1(2), 395-402.