

Skrining Dan Penyuluhan Hipertensi Pada Lansia Upaya Deteksi Dini

*Arafah Atha Nuryansyah¹, Gabriela Marsha Rida¹, Agnes Faiqotun Ni'mah¹, Iswania Hesti Pratiwi¹,
Iqnatia Alfiansyah², Rohmatin Agustina³*

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gresik
Jl. Sumatera 101 GKB, Gresik 61121, Indonesia

²Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Keguruan dan Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Gresik Jl. Sumatera 101 GKB, Gresik 61121, Indonesia

³Program Studi Agroteknologi, Fakultas Sistem Pangan dan Ekologi Terapan, Universitas Muhammadiyah Gresik, Jl. Sumatera 101 GKB, Gresik 61121, Indonesia

Email: arafahhathaaa19@gmail.com marsharida08@gmail.com niaragnes@gmail.com
iswianiahesti19@gmail.com iqnatia@umg.ac.id; rohmatin@umg.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu permasalahan kesehatan utama pada kelompok lansia yang dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular. Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Cendoro dilaksanakan dengan tujuan melakukan skrining tekanan darah dan penyuluhan kesehatan terkait hipertensi pada lansia. Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Cendoro di fokuskan pada penyuluhan hipertensi pada lansia dengan memanfaatkan data hasil pemeriksaan tekanan darah lansia yang diperoleh dari bidan desa. Data tersebut digunakan sebagai dasar dalam penyusunan materi dan penyampaian penyuluhan kesehatan. Metode kegiatan meliputi penyuluhan dengan metode edukasi naratif dan tanya jawab. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebagian lansia memiliki tekanan darah di atas normal sehingga edukasi terkait pencegahan dan pengendalian hipertensi menjadi penting. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia dalam upaya pencegahan hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Lansia, Tekanan Darah, Penyuluhan Kesehatan

ABSTRACT

Hypertension is one of the main health problems among the elderly that can increase the risk of cardiovascular disease. The Community Service Programme (KKN) in Cendoro Village was carried out with the aim of conducting blood pressure screening and health education related to hypertension among the elderly. The Community Service Learning (CSL) activity in Cendoro Village focused on hypertension health education for elderly by utilising blood pressure examination data obtained from village midwives. This data was used as the basis for developing educational materials and delivering health education. The activity methods include education through narrative storytelling and question and answer session. The results of the education on the prevention and control of hypertension important. This activity is expected to increase the knowledge and awareness of the elderly people had above-normal blood pressure, making expected to increase the knowledge and awareness of the elderly in efforts to prevent hypertension.

Keywords : Hypertension, Elderly, Blood Pressure, Health Education

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah suatu kondisi kesehatan yang tidak bisa menular kepada orang lain, penyakit ini berkembang secara perlahan (bersifat kronis) dan tidak disebarkan oleh vektor virus, atau bakteri.

Namun, penyebab PTM ini berkaitan dengan perilaku gaya hidup dan lingkungan yang kurang sehat. Penyakit tidak menular atau non- infeksi telah menjadi bagian dari beban ganda epidemiologi di seluruh dunia dalam beberapa dekade terakhir. Angka morbiditas untuk penyakit tidak menular di tingkat global dan nasional menunjukkan tren peningkatan dalam beberapa tahun belakangan (Toka, Saputra, dan Athallah 2023).

Hipertensi adalah salah satu jenis penyakit yang dapat menyebar dengan tingkat kejadian yang cukup tinggi. Seseorang dikatakan menderita hipertensi jika hasil ukur tekanan darah sistoliknya mencapai ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastoliknya ≥ 90 mmHg setelah melakukan beberapa kali pemeriksaan. Ukuran ini berlaku untuk semua orang dewasa yang berusia di atas 18 tahun Hipertensi atau yang dikenal juga sebagai penyakit darah tinggi adalah kondisi di mana terdapat kenaikan tekanan darah melebihi batas normal. Hipertensi sulit dikenali karena tidak menunjukkan gejala spesifik. Beberapa gejala yang dapat diamati termasuk pusing, perasaan cemas yang tinggi wajah kemerahan, telinga berdengung, kesulitan bernafas, mudah merasa lelah, dan penglihatan kabur oleh karena itu penyakit ini dijuluki sebagai pembunuh diam-diam karena sukar untuk terdeteksi pada tahap awal dan gejalanya baru muncul ketika kondisi sudah cukup parah (Hidayati Purwanto, dan Siswantoro 2022).

World Health Organization (WHO) memperkirakan bahwa prevalensi hipertensi di seluruh dunia saat ini mencapai 22% dari populasi global. Dan jumlah penderita ini kurang dari satu per lima yang melakukan usaha untuk mengendalikan tekanan darah mereka. Wilayah dengan prevalensi hipertensi tertinggi adalah Afrika dengan angka 27% sedangkan Asia Tenggara menempati posisi ketiga dengan prevalensi 25% dari total populasi. Sementara itu, prevalensi terendah tercatat di kawasan Amerika dengan angka sebesar 18% (WHO 2022).

Berdasarkan hasil observasi di desa Cendoro, ditemukan sebanyak 46 warga terdiagnosis hipertensi dengan mayoritas penderita berasal dari kelompok usia lanjut (lansia). Hasil ini sejalan dengan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia yang menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi meningkat seiring bertambah usia. Tingginya kasus pada kelompok lansia menunjukkan perlunya upaya promotif dan preventif yang lebih terarah, seperti edukasi kesehatan, pemeriksaan tekanan darah secara rutin, serta penerapan pola hidup sehat. Oleh karena itu kajian ini penting sebagai dasar perencanaan intervensi kesehatan yang tepat guna menurunkan risiko komplikasi hipertensi di masyarakat.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan hipertensi kepada peserta Posyandu Lansia di Desa Cendoro, Kecamatan Dawarblandong, Kabupaten Mojokerto, pada tanggal 11 Februari 2026. Sebelum kegiatan dilaksanakan, tim melakukan observasi awal untuk mengidentifikasi permasalahan desa tersebut. Hasil observasi menunjukkan tingginya prevalensi penderita hipertensi pada kelompok

lansia sehingga diperlukan intervensi berupa edukasi kesehatan dan deteksi dini melalui pemeriksaan tekanan darah. Pengumpulan data dilakukan dengan pemeriksaan tekanan darah serta mengidentifikasi peserta yang berisiko atau telah mengalami hipertensi.

Berikut ini strategi yang diterapkan dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan hipertensi:

a. Penyuluhan Pencegahan Hipertensi

Penyuluhan diberikan kepada kelompok Posyandu Lansia di Desa Cendoro, Kecamatan Dawarblandong, Kabupaten Mojokerto. Materi yang disampaikan meliputi definisi hipertensi, gejala, kelompok yang berisiko, penyebab, pengendalian dan pencegahan, serta kepatuhan dalam pemeriksaan kesehatan secara rutin.

b. Pemeriksaan Tekanan Darah

Pengecekan tekanan darah kepada seluruh peserta Posyandu Lansia untuk mengetahui kondisi kesehatan terkini. Hasil pemeriksaan digunakan di gunakan sebagai data untuk mengidentifikasi jumlah lansia dengan tekanan darah normal, pra-hipertensi, maupun hipertensi.

Tujuan dari penyuluhan pencegahan hipertensi ini untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia mengenai pencegahan dan pengendalian hipertensi melalui penerapan pola hidup sehat serta melakukan deteksi dini tekanan darah guna mengetahui kondisi kesehatan peserta Posyandu Lansia di Desa Cendoro, Kecamatan Dawarblandong, Kabupaten Mojokerto. Tema utama kegiatan ini adalah *“Kenali, Cegah dan Kendalikan Hipertensi pada Lansia”* diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran lansia mengenai penyakit hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil studi ini didapatkan dari dua jalur data, yakni catatan mengenai riwayat hipertensi penduduk Desa Cendoro yang dikumpulkan sepanjang Desember 2025, dan data pemeriksaan kesehatan bagi lansia yang dikerjakan selama acara Posyandu Lansia di bulan Februari 2026. Gabungan dari kedua data tersebut digunakan untuk memperoleh pemahaman lengkap tentang kondisi hipertensi di kalangan lansia pada lingkup desa tersebut. Tahapan kegiatan dilaksanakan mencakup :

1. Perencanaan

Berdasarkan hasil survei dan wawancara dengan bidan Desa Cendoro, diketahui bahwa hipertensi dan diabetes melitus merupakan penyakit dengan tingkat urgensi, tingkat keparahan, serta tren peningkatan kasus yang tinggi dari tahun ke tahun. Berdasarkan data yang diberikan bidan desa, prevalensi hipertensi di Desa Cendoro lebih tinggi dibandingkan diabetes melitus. Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan pada hipertensi sebagai permasalahan kesehatan utama di Desa Cendoro. Berdasarkan pencatatan riwayat hipertensi yang tersebar di empat wilayah perdusun.

2. Implementasi Kegiatan Penyuluhan Kesehatan

Implementasi kegiatan penyuluhan kesehatan dilakukan di Dusun Pelem melalui pemberian edukasi mengenai pencegahan penyakit tidak menular, khususnya hipertensi. Materi yang disampaikan meliputi definisi, tanda dan gejala, penyebab, faktor risiko, serta diagnosis. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif agar masyarakat lebih mudah memahami

informasi yang diberikan. Sesi tanya jawab dilaksanakan pada akhir penyuluhan dan disambut dengan antusias oleh warga. Masyarakat aktif mengajukan berbagai pertanyaan terutama terkait perbedaan ciri-ciri hipertensi, diabetes melitus, dan kolesterol tinggi.



Gambar 1. Pemaparan materi dan Sesi tanya jawab

Tim penyuluh memberikan penjelasan lanjutan untuk memperjelas perbedaan karakteristik ketiga penyakit tersebut sehingga tidak terjadi kesalahpahaman dalam memahami kondisi kesehatan masing-masing. Diskusi juga mengungkap adanya anggapan adanya bahwa konsumsi obat dapat dihentikan ketika kondisi tubuh sudah terasa membaik. Tim memberikan penegasan bahwa pada penderita dengan riwayat hipertensi, pengobatan harus dikonsumsi secara teratur dan berkelanjutan sesuai anjuran tenaga kesehatan guna mencegah kekambuhan dan komplikasi. Kegiatan dilanjutkan dengan pelaksanaan *skrining* kesehatan bagi warga, *skrining* dilakukan untuk mendeteksi tekanan darah serta memantau kondisi kesehatan masyarakat secara langsung. Melalui kegiatan ini, warga dapat mengetahui status kesehatannya sejak dini dan memperoleh edukasi tambahan terkait langkah pencegahan serta pengendalian hipertensi.



Gambar 2. Skrining Kesehatan

Setelah pemeriksaan kesehatan selesai dilaksanakan, dilanjutkan dengan penyebaran media promosi kesehatan berupa pamflet dan poster tentang hipertensi di setiap wilayah. Pemasangan Poster tersebut dipasang di tempat-tempat yang mudah diakses dan dilihat oleh masyarakat, seperti balai dusun, area sekitar posyandu. Pemasangan poster ini bertujuan sebagai sarana pembelajaran visual yang diharapkan dapat menyajikan informasi secara berkepanjangan mengenai hipertensi, faktor risiko, pencegahan serta pengendalian yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

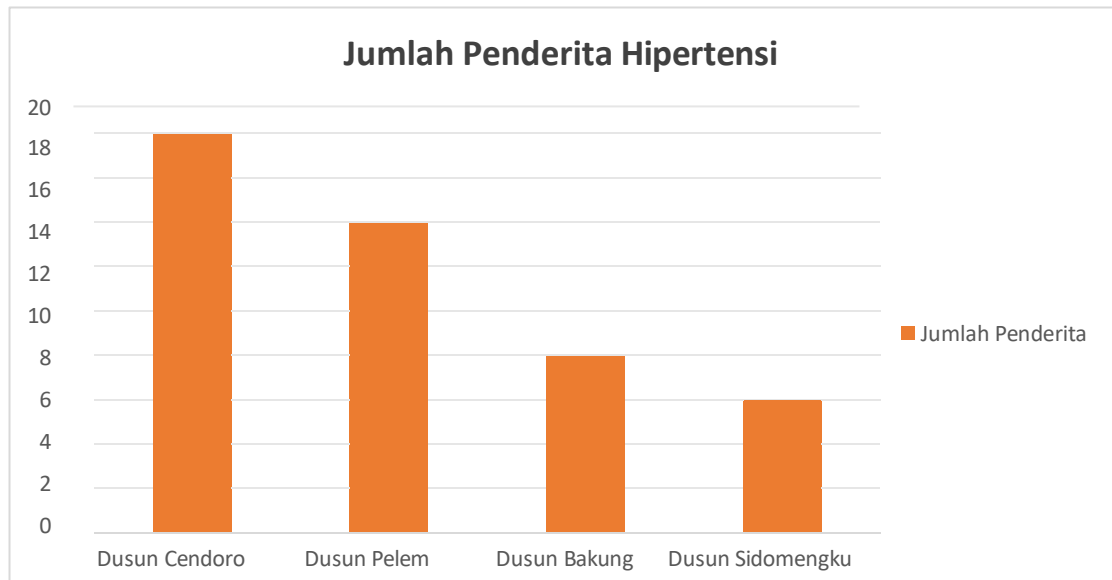


Gambar 3. Pemasangan poster hipertensi

1. Evaluasi dan monitoring

Distribusi para penderita hipertensi menunjukkan bahwa Dusun Cendoro memiliki jumlah penderita terbanyak, yakni 18 orang (39,1%), kemudian diikuti oleh Dusun Pelem

sekitar 14 orang (30,4%), Dusun Bakung dengan 8 orang (17,4%), serta Dusun Sidomengku dengan 6 orang (13,0%). Penemuan ini memberi sinyal bahwa hipertensi menyebar secara merata di wilayah desa, dengan kasus tertinggi di Dusun Cendoro.



Gambar 4. Jumlah penderita hipertensi

Hasil pemeriksaan kesehatan yang dilaksanakan selama acara Posyandu Lansia memperlihatkan bahwa mayoritas peserta memiliki tekanan darah yang melampaui batas wajar, dengan angka yang dikategorikan sebagai hipertensi tingkat I hingga II. Beberapa lansia merasakan keluhan seperti sakit kepala, mudah lelah, anggota tubuh kesemutan, pegal pada otot, dan bermacam gejala lain yang sifatnya umum dialami oleh penderita hipertensi. Hasil dari pengecekan gula darah sewaktu (GDA) dari beberapa peserta melebihi batas normal, menunjukkan risiko kondisi kesehatan lain seperti diabetes melitus.

Hasil dari penelitian ini menjawab pertanyaan mengenai tingginya angka kejadian pada lansia serta perlunya deteksi dini dan penyuluhan mengenai hipertensi. Jumlah penderita hipertensi menyentuh angka 46 orang menunjukkan bahwa persoalan ini merupakan isu kesehatan yang ada di masyarakat di Desa Cendoro, terutama pada kelompok lansia. Tingginya kasus penderita hipertensi di Dusun Cendoro dan Dusun Pelem dipengaruhi dari beberapa faktor, seperti pola hidup tidak sehat, tidak melakukan pengecekan tekanan darah berkala, serta jumlah kelompok lansia yang lebih dominan. Dari perspektif fisiologis, lansia mengalami penurunan kelenturan pada pembuluh darah yang mengakibatkan peningkatan resistensi vaskular, sehingga memungkinkan hipertensi meningkat seiring penambahan usia. Keadaan ini diperkuat dengan data pemeriksaan yang menunjukkan bahwa mayoritas lansia memiliki tekanan darah melebihi batas normal.

Informasi dari pemeriksaan tekanan darah yang selaras dengan catatan riwayat hipertensi memperkuat dugaan pada lansia di Desa Cendoro masih belum dikelola dengan baik. Hasil terkait nilai GDA yang tinggi pada beberapa orang lansia juga mengindikasikan adanya komorbiditas yang mampu memperparah kondisi hipertensi dan menaikkan risiko

komplikasi kardiovaskular bila tidak ditangani dengan benar. Aktivitas edukasi kesehatan yang dilaksanakan bersamaan dengan pemeriksaan memberikan dampak besar dalam menambah pengetahuan dan kesadaran lansia tentang hipertensi, faktor risikonya, serta kegunaan menerapkan pola hidup yang sehat. Oleh karena itu, kegiatan pemeriksaan dan penyuluhan terbukti sesuai dengan upaya promotif dan preventif untuk menanggulangi masalah hipertensi yang telah teridentifikasi selama telaah situasi.

KESIMPULAN

Berdasarkan sasaran yang telah diterapkan, untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran lansia tentang pencegahan dan pengolahan hipertensi serta melakukan deteksi awal melalui pemeriksaan darah, hasil dari pelaksanaan kegiatan ini menunjukkan bahwa masalah hipertensi di kalangan lansia di Desa Cendoro adalah isu kesehatan yang cukup serius. Penemuan menunjukkan bahwa 46 warga memiliki riwayat hipertensi yang dan hasil skrining menunjukkan mayoritas peserta memiliki tekanan darah melebihi batas normal, yang memperkuat dugaan awal tentang tingginya prevalensi hipertensi di kalangan lansia di desa ini. Oleh karena itu, hipotesis tentang perlunya tindakan promotif dan preventif memulai edukasi serta pemeriksaan kesehatan terbukti relevan dan sesuai dengan realitas yang ada. Skrining yang dilakukan bersamaan dengan edukasi kesehatan memberikan gambaran yang jelas mengenai kondisi kesehatan lansia yang juga meningkatkan pemahaman mereka tentang pentingnya pengendalian tekanan darah. Antusias masyarakat dalam mengikuti sesi edukasi dan diskusi menunjukkan adanya peningkatan kesadaran akan bahaya hipertensi serta pentingnya menjalani pengobatan dan pemeriksaan rutin. Selain itu, ditemukannya beberapa orang tua dengan kadar gula yang melebihi batas normal semakin mempertegas bahwa kelompok lansia berisiko mengalami komorbiditas yang dapat memperburuk hipertensi jika tidak dikelola dengan baik. Secara keseluruhan, kegiatan ini menunjukkan bahwa deteksi awal yang didukung dengan edukasi kesehatan adalah langkah strategis dalam mengurangi risiko komplikasi penyakit tidak menular di kalangan orang tua.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, N. R., & Mustofa, S. (2023). Hipertensi: Gambaran Umum. *Stroke*, 5(9), 10.
- Afriani, B., Camelia, R., & Astriana, W. (2023). Analisis Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Gawat Darurat*, 5(1), 1-8.
- Annisa, A., Surjoputro, A., & Widjanarko, B. (2024). Dampak Dukungan Sosial Dan Keluarga Terhadap Kepatuhan Pengobatan Hipertensi Pada Pasien Hipertensi: Literature Review. *Jurnal Ners*, 8(1), 254-261.
- Awaluddin, A., & Sharafinas, S. (2026). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia: Literature Review. *Jurnal Keperawatan Abdurrah*, 9(2), 10-25.
- Hidayati, A., Purwanto, N. H., & Siswanto, E. (2022). Hubungan Stres Dengan Peningkatan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 15(2), 37-44.
- Khotimah, K. (2023). Gambaran Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Adisara Kecamatan Jatilawang Kabupaten Banyumas Tahun 2022. *Jurnal Bina Cipta Husada*:

- Jurnal Kesehatan Dan Science*, 19(1), 37-46.
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi; Artikel Review. *Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100-117.
- Marbun, W. S., & Hutapea, L. (2022). Penyuluhan Kesehatan Pada Penderita Hipertensi Dewasa Terhadap Tingkat Pengetahuan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(1), 89-99.
- Maulidah, K., Neni, N., & Maywati, S. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikampek Kabupaten Karawang. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 18(2).
- Nurhaeni, A., Nisa, N. A., & Marisa, D. E. (2022). Literature Review Hubungan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Mahardika*, 9(2), 46-51.
- Oktaria, M., Hardono, H., Wijayanto, W. P., & Amiruddin, I. (2023). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Diet Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 2(2), 69-75.
- Pebriani, R. (2023). Pengaruh Diet Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 18(2), 1-7.
- Putra, S., & Susilawati, S. (2022). Pengaruh Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Indonesia (A: Systematic Review). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 15794-15798.
- Putri, L. M., Mamesah, M. M., Iswati, I., & Sulistyana, C. S. (2023). Faktor Risiko Hipertensi Pada Masyarakat Usia Dewasa & Lansia Di Tambaksari Surabaya. *Journal Of Health Management Research*, 2(1), 1-6.
- Rachmawati, E., Rahmadhani, F., Ananda, M. R., Salsabillah, S., & Pradana, A. A. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Keluarga Terhadap Penyakit Hipertensi: Telaah Naratif. *Jurnal Mitra Kesehatan*, 4(1), 14-19.
- Riyada, F., Fauziah, S. A., Liana, N., & Hasni, D. (2024). Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Resiko Hipertensi Pada Lansia. *Scientific Journal*, 3(1), 27-47.
- Setiani, R., & Wulandari, S. A. (2023). Hubungan Faktor Genetik Dengan Kejadian Hipertensi: Scoping Review. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, 5(1), 60-66.
- Suarayasa, K., Hidayat, M. I., & Gau, R. (2023). Faktor Resiko Kejadian Hipertensi Pada Lansia (Risk Factors Of Hypertension In Elderly). *Jurnal Medical Profession (Medpro)*, 5(3), 253-258.
- Syarli, S., & Arini, L. (2021). Faktor Penyebab Hipertensi Pada Lansia: Literatur Review: Faktor Penyebab Hipertensi Pada Lansia: Literatur Review. *Ahmar Metastasis Health Journal*, 1(3), 112-117.
- Telaumbanua, A. C., & Rahayu, Y. (2021). Penyuluhan Dan Edukasi Tentang Penyakit Hipertensi. *Jurnal Abdimas Saintika*, 3(1), 119-124.
- Toka, W. D., Saputra, S. D., & Athallah, N. (2023). Skrining Penyakit Tidak Menular Guna Meningkatkan Kualitas Hidup Masyarakat Pesisir Desa Gamlamo, Halmahera Barat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Unkhair*, 2(2).
- Umah, K., Zahroh, R., Gustomi, M. P., & Kinarti, Y. M. (2023). Penyuluhan Hipertensi Pada Lansia Sebagai Upaya Mencegah Dan Pengendalian Hipertensi Di Posyandu Lansia Di Desa Suci Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Nusantara*, 1(2), 132-136.

- Watung, G. I. (2024). Penatalaksanaan Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Mapalus*, 3(1), 26-33.
- Wirakhmi, I. N., & Purnawan, I. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Puskesmas Kutasari. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (Jukmas)*, 7(1), 61-67.
- World Health Organization. (2023). *Global report on hypertension: The race against a silent killer*. World Health Organization.
<https://www.who.int/publications/i/item/9789240081062>