



Meningkatkan Pengetahuan Pasangan Usia Subur dan Lansia tentang Hipertensi

Improving the Knowledge of Fertile Age Couples and the Elderly about Hypertension

Imas Nurjanah^{1*}, Efril Serliana Maulida², Fadia Rasyidin³

¹⁻³Akademi Kebidanan Prima Husada, Bogor, Indonesia

Korespondensi penulis : indiranurjanah83@gmail.com*

Article History:

Received: Mei 12, 2025

Revised: Mei 25, 2025

Accepted: Juni 09, 2025

Published: Juni 11, 2025

Keywords: Education, Hypertension, Elderly, Knowledge.

Abstract: *The World Health Organization (WHO) reports that cardiovascular disease and hypertension rank as the second most prevalent health conditions among the elderly, following arthritis. These conditions affect 15.2% of a surveyed population of 1,203 individuals. In response to this, the present study seeks to enhance the knowledge of Fertile Age Couples (PUS) and older adults about hypertension prevention and management. The method employed involves in-person counseling supported by educational tools such as booklets and leaflets. The effectiveness of the intervention was assessed through pre-tests and post-tests, each comprising 10 questions. Findings revealed that, prior to counseling, 11 out of 30 participants (36.7%), selected through total sampling, demonstrated good knowledge. Following the intervention, this figure rose to 26 individuals (86.7%), reflecting an 18.28% increase. Moreover, the p-value recorded was <0.000, signifying a statistically significant impact of the educational intervention on improving hypertension awareness among PUS and the elderly. Overall, the study confirms the success of the intervention in raising awareness and understanding of hypertension, which may help lower its occurrence within the targeted population.*

Abstrak

Berdasarkan data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), penyakit kardiovaskular dan hipertensi merupakan kondisi kesehatan yang paling sering dialami oleh lansia setelah artritis, dengan prevalensi mencapai 15,2% dari total 1.203 responden. Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman Pasangan Usia Subur (PUS) dan lansia mengenai upaya pencegahan dan penanganan hipertensi. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan tatap muka yang dilengkapi dengan media edukatif seperti booklet dan leaflet. Untuk mengukur efektivitas penyuluhan, dilakukan evaluasi melalui pre-test dan post-test, masing-masing terdiri dari 10 pertanyaan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 responden yang dipilih melalui teknik total sampling, sebanyak 11 orang (36,7%) telah memiliki tingkat pengetahuan yang baik sebelum diberikan penyuluhan. Setelah intervensi edukatif dilakukan, jumlah tersebut meningkat menjadi 26 orang (86,7%), yang mencerminkan peningkatan sebesar 18,28%. Selain itu, hasil analisis statistik menunjukkan nilai $p < 0,000$, yang menandakan adanya pengaruh signifikan dari kegiatan edukasi terhadap peningkatan pengetahuan mengenai hipertensi pada Pasangan Usia Subur (PUS) dan lansia. Secara keseluruhan, intervensi ini terbukti efektif dalam memperkuat pemahaman peserta mengenai hipertensi, dan diharapkan dapat berkontribusi dalam menurunkan angka kejadian penyakit tersebut di kelompok sasaran.

Kata Kunci: Edukasi, Hipertensi, Lansia, Pengetahuan.

1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu isu kesehatan yang cukup serius karena menjadi faktor risiko utama bagi berbagai gangguan kardiovaskular, seperti stroke, gagal jantung, penyakit jantung iskemik, dan serangan jantung—dua di antaranya termasuk penyebab kematian tertinggi di dunia. Meskipun umumnya lebih sering ditemukan pada kelompok usia lanjut, tren saat ini menunjukkan bahwa hipertensi juga mulai banyak dialami oleh individu dalam usia produktif, khususnya Pasangan Usia Subur (PUS). (Apriyeni Apriyeni Emira, Helena Patricia, 2023)

Menurut laporan World Health Organization (WHO), hipertensi dan penyakit kardiovaskular menempati posisi kedua sebagai penyakit yang paling sering dialami oleh Pasangan Usia Subur (PUS) dan lansia setelah artritis, dengan prevalensi sebesar 15,2% dari total 1.203 responden. WHO juga memprediksi bahwa pada tahun 2025, jumlah penderita hipertensi akan meningkat hingga sekitar 1,5 miliar orang, mencerminkan lonjakan prevalensi hingga 60%. Hipertensi sendiri merupakan salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular, yang menjadi penyebab kematian tertinggi kedua secara global. (Imelda et al., 2022)

Hipertensi merupakan salah satu jenis penyakit tidak menular yang menjadi penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Di kawasan Asia Tenggara, prevalensi hipertensi di kalangan Pasangan Usia Subur (PUS) dan lansia diperkirakan berada dalam kisaran 8% hingga 18%. Pada tahun 2022, tercatat sebanyak 4.400 kasus hipertensi per 10.000 penduduk pada kelompok lansia. Selain itu, hipertensi menempati posisi teratas dalam daftar sepuluh besar penyakit tidak menular yang paling umum diderita oleh lansia, dengan jumlah penderita mencapai sekitar 115 juta orang atau sekitar 31,7% dari total populasi lansia di wilayah tersebut. (Muhdiana et al., 2023)

Data dari Kementerian Kesehatan tahun 2021 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia pada penduduk usia di atas 18 tahun mencapai 45,9%. Angka ini meningkat menjadi 57,6% pada kelompok usia 65–74 tahun, dan naik lagi menjadi 63,8% pada usia di atas 75 tahun. Sementara itu, laporan Kemenkes RI tahun 2022 mengungkapkan bahwa jumlah penderita hipertensi pada pria dan wanita usia 55–64 tahun relatif seimbang.

Berbagai studi juga menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi cenderung meningkat seiring bertambahnya usia. Temuan ini diperkuat oleh hasil penelitian di enam kota besar—yakni Jakarta, Padang, Bandung, Yogyakarta, Denpasar, dan Makassar—yang mencatat prevalensi hipertensi sebesar 52,5% pada kelompok usia lanjut (55–85 tahun).

(Beno et al., 2022).

Provinsi Jawa Barat diketahui memiliki tingkat prevalensi hipertensi tertinggi di Indonesia, yaitu sebesar 39,6%. Di antara wilayah-wilayah di provinsi tersebut, Kabupaten Bogor mencatat jumlah penderita hipertensi terbanyak, yakni mencapai 830.741 orang. Hipertensi sendiri merupakan salah satu penyakit yang secara signifikan berkontribusi terhadap tingginya angka morbiditas dan mortalitas. Kondisi ini ditandai dengan tekanan darah yang melebihi ambang batas normal, yang dapat memicu berbagai komplikasi kesehatan serius.(Leftungun et al., 2023)

Desa Babakan RW 04, yang berada di Kecamatan Ciseeng, Kabupaten Bogor, merupakan salah satu wilayah dengan jumlah penduduk yang cukup besar, didominasi oleh Pasangan Usia Subur (20–49 tahun) dan lansia (50 tahun ke atas).

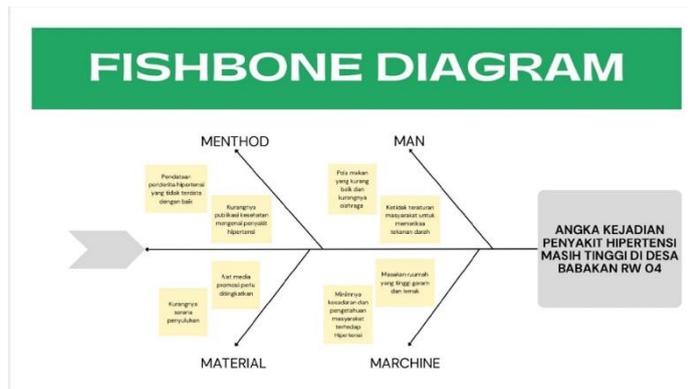
Data dari Posyandu setempat menunjukkan bahwa hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang paling umum terjadi di antara Pasangan Usia Subur dan lansia. Namun, banyak kasus tidak terdeteksi karena kurangnya pemeriksaan rutin serta rendahnya kesadaran masyarakat akan pentingnya deteksi dini dan penanganan hipertensi.

Untuk mengatasi hal ini, para penyuluh akan melakukan pemantauan dan evaluasi terhadap penerapan pola hidup sehat di lingkungan masyarakat. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman PUS dan lansia di Desa Babakan RW 04 terkait hipertensi. Melalui kegiatan tersebut, penyuluh dapat mengevaluasi sejauh mana masyarakat mengetahui dan menerapkan tindakan pencegahan hipertensi dalam kehidupan sehari-hari.

2. METODE

Kegiatan ini dilaksanakan melalui metode penyuluhan, di mana informasi disampaikan secara langsung kepada para lansia dengan bantuan media visual seperti poster, presentasi PowerPoint, dan leaflet. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman lansia mengenai hipertensi, termasuk aspek pencegahan dan penanganannya, serta memberikan ruang diskusi seputar topik tersebut.

Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test, masing-masing terdiri dari 10 pertanyaan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah sampling jenuh, yaitu seluruh populasi yang tersedia dijadikan responden. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner dengan 10 butir soal yang dirancang untuk mengukur tingkat pengetahuan lansia terkait pencegahan dan penanganan hipertensi.



Gambar 1. Diagram

3. HASIL

Kegiatan ini dilaksanakan melalui penyuluhan langsung yang disertai dengan diskusi aktif bersama Pasangan Usia Subur (PUS) dan lansia. Materi yang disampaikan berfokus pada upaya pencegahan dan penanganan hipertensi pada kedua kelompok tersebut. Untuk mengevaluasi pemahaman peserta, sesi tanya jawab dilakukan di akhir kegiatan, di mana beberapa lansia turut mengajukan pertanyaan seputar hipertensi.

Sebagai bagian dari upaya peningkatan pemahaman, penyuluh juga membagikan booklet yang berisi panduan praktis mengenai pencegahan dan penanganan hipertensi. Kegiatan ini dirancang secara terstruktur dengan melibatkan berbagai pihak terkait, sehingga pelaksanaannya dapat berjalan secara efektif dan menyeluruh. Melalui program ini, diharapkan tingkat pengetahuan Pasangan Usia Subur (PUS) dan lansia dapat meningkat, yang pada akhirnya berkontribusi dalam menurunkan angka kejadian hipertensi di kalangan lansia. Untuk menilai keberhasilan intervensi, dilakukan evaluasi melalui pre-test dan post-test sebelum dan sesudah penyuluhan. Metode ini dianggap efektif dalam mengukur tingkat pengetahuan peserta, baik dari sisi kuantitatif maupun kualitatif, sebagaimana akan dijelaskan lebih lanjut dalam bagian berikutnya yang dilengkapi dengan tabel hasil.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Didasarkan Atas Pengetahuan Hasil *Pre test*

Pengetahuan	n	%
Baik	11	36,7
Kurang Baik	19	63,3
Total	30	100,0

Berdasarkan Tabel 1. Dari hasil pre-test yang diikuti oleh 30 peserta, diketahui bahwa sebagian besar peserta memiliki tingkat pengetahuan yang kurang baik mengenai hipertensi, yaitu sebanyak 19 orang (63,3%), sementara hanya 11 orang (36,7%) yang menunjukkan pengetahuan yang baik. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Manullang, yang juga menunjukkan bahwa sebelum dilakukan penyuluhan, dari 73 lansia yang menjadi responden, sebanyak 56 orang (76,7%) telah memiliki pengetahuan yang baik mengenai hipertensi. (Manullang & Rosalina, 2021).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Didasarkan Atas Pengetahuan Hasil *Post test*

Pengetahuan	n	%
Baik	26	86,7
Kurang Baik	4	13,3
Total	30	100,0

Berdasarkan Tabel 2. Setelah dilakukan post-test terhadap 30 peserta, diketahui bahwa sebagian besar lansia memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai pencegahan dan penanganan hipertensi, yaitu sebanyak 26 orang (86,7%), sementara 4 orang (13,3%) masih menunjukkan pengetahuan yang kurang baik. Hasil ini sejalan dengan temuan Manullang, yang dalam penelitiannya menunjukkan bahwa setelah dilakukan post-test, seluruh responden lansia sebanyak 73 orang (100%) memiliki pengetahuan yang baik tentang hipertensi. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman lansia setelah diberikan edukasi. (Manullang & Rosalina, 2021).

Tabel 3. Skor *Pre-test* dan *Post-test*

Pengetahuan	Mean	Std. Deviation
<i>Pre test</i>	1,27	0,450
<i>Post test</i>	1,13	0,346

Berdasarkan Tabel 3 hasil uji analisis dengan *Paired Test*, terlihat bahwa rata-rata nilai pre-test mengalami peningkatan sebesar 1,27 poin.

Tabel 4. Hasil Analisis Uji T Pengetahuan Lansia tentang Edukasi
Hipertensi pada Lansia

Pengetahuan	Mean Selisih	Nilai T	p value	StandarDeviasi
Pre test Post tes	0,133	1,682	0,000	0.343

Didasarkan atas Tabel 4. Dari hasil analisis statistik berbasis komputer, diperoleh nilai t sebesar 1,682 dengan p-value sebesar 0,000 (lebih kecil dari 0,05), yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan lansia secara signifikan setelah pelaksanaan pre-test dan post-test di Mushola Nurul Huda.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Li Shuang Xu MM, yang juga menggunakan metode uji t berpasangan untuk mengevaluasi efektivitas intervensi terhadap hipertensi pada lansia. Dalam penelitiannya, tercatat penurunan tekanan darah sistolik sebesar 16,00 mmHg dan diastolik sebesar 5,31 mmHg. Uji statistik menunjukkan bahwa perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi signifikan secara statistik ($p < 0,05$). (Xu et al., 2024).

4. DISKUSI

Berdasarkan hasil kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan pada hari Rabu, 22 Januari 2024, evaluasi melalui pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan skor pada akhir kegiatan. Hal ini mencerminkan keberhasilan intervensi yang dilakukan oleh mahasiswa dalam mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh selama praktik kebidanan komunitas.

Pada saat pre-test, diketahui bahwa pemahaman para ibu mengenai hipertensi masih tergolong rendah, dengan rata-rata nilai sebesar 78,6. Setelah diberikan edukasi mengenai peningkatan pengetahuan tentang hipertensi, terjadi peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta. Hasil post-test menunjukkan rata-rata nilai sebesar 90,4, yang berarti terdapat peningkatan sebesar 15% dalam tingkat pengetahuan setelah mengikuti penyuluhan.

5. KESIMPULAN

Pada tahap pre-test, sebanyak 63,3% lansia dan Pasangan Usia Subur (PUS) di Desa Babakan RW 04 belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai hipertensi. Namun, setelah diberikan edukasi melalui penyampaian materi dan penggunaan media pendukung seperti booklet dan leaflet, terjadi peningkatan yang signifikan dalam tingkat pengetahuan mereka. Hasil post-test menunjukkan bahwa 86,7% peserta telah memahami dengan baik cara pencegahan dan penanganan hipertensi.

Program edukasi ini terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat, khususnya di kalangan PUS dan lansia. Temuan ini memperkuat bukti bahwa intervensi berbasis edukasi memiliki peran penting dalam meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap isu-isu kesehatan, terutama dalam upaya pencegahan dan pengelolaan hipertensi.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Puji dan syukur kami panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat Nya, kami dapat menyelesaikan Laporan Praktik Intervensi Kebidanan Komunitas ini. Penulisan Laporan Praktik Intervensi Kebidanan Komunitas ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memenuhi tugas praktikum asuhan kebidanan komunitas Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor.

DAFTAR REFERENSI

- Afani, I. Y. N., Yuwono, B. D., & Nurhadi, B. (2022). Optimalisasi pembuatan peta kontur skala besar menggunakan kombinasi data pengukuran terestris dan foto udara format kecil. *Jurnal Geodesi Undip*, 8(1), 180–189. <https://doi.org/10.14710/jgundip.2019.22555>
- Ahmad, J., Regina, P., Sakti, I. P., & Monica, L. M. S. T. A. (2025). *Penatalaksanaan hipertensi* (1st ed.). PT Literasi Nusantara Abadi Grup. <https://repository-penerbitlitnus.co.id/435/1/Buku%20Ajar%20Penatalaksanaan%20Lansia%20Hipertensi.Pdf>
- Apriyeni, A., Emira, D. C. R., & Patricia, H. V. I. (2023). Pendidikan kesehatan hipertensi pada lansia. *At-Tawassuth: Jurnal Ekonomi Islam*, 8(1), 1–19. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i11.17203>
- Astuti, L. P., Prasida, D. W., & Wardhani, P. K. (2023). Peran dan fungsi bidan dalam pelaksanaan informed consent pada kegawatdaruratan obstetri di puskesmas. *Jurnal Kebidanan*, 9(2), 101. <https://doi.org/10.35872/jurkeb.v9i02.313>
- Bagaskoro, D. S., Alamsyah, F. A., & Ramadhan, S. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi

- demografi: fertilitas, mortalitas dan migrasi (literature review perilaku konsumen). *Jurnal Ilmu Hukum Humaniora dan Politik*, 2(3), 294–303. <https://doi.org/10.38035/jihhp.v2i3.1042>
- Chaniago, D. S., & Rani, A. P. (2022). Peran lembaga kemasyarakatan dalam perlindungan hutan. *Resiprokal: Jurnal Riset Sosiologi Progresif Aktual*, 1(1), 14–30. <https://doi.org/10.29303/resiprokal.v1i1.2>
- Ekasari, M. F., Suryati, E. S., Badriah, S., Narendra, S. R., & Amini, F. I. (2021). *Kenali penyebab, tanda gejala dan penanganannya: Hipertensi* (Buku ajar). <http://repo.poltekkestasikmalaya.ac.id/id/eprint/1582>
- Fauziah, T., Nurmayni, Putri, R., Pidia, S., & Sari, S. (2022). Hipertensi si pembunuh senyap “Yuk kenali pencegahan dan penanganannya.” *Buku Saku*. <https://doi.org/10.55984/hirono.v3i2.154>
- Imelda, I., Sjaaf, F., & Puspita, T. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. *Health & Medical Journal*, 2(2), 68–77. <https://doi.org/10.33854/heme.v2i2.532>
- Irawan, A. D. (2022). Gambaran analisis pembangunan kesehatan di Indonesia pada masa pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3(3), 369–373. <https://doi.org/10.31004/jkt.v3i3.6103>
- Karim, A. (2023). Penerapan metode brainstorming pada matapelajaran IPS untuk meningkatkan hasil belajar kelas VIII di SMPN 4 Rumbio Jaya. *Jurnal Pendidikan Ekonomi Akuntansi FKIP UIR*, 5(1), 1–12. <https://journal.uir.ac.id/index.php/Peka/article/view/1180>
- Kasingku, J. D., & Mantow, A. (2022). Hubungan antara status sosial ekonomi dengan pembentukan karakter siswa kelas XI sekolah menengah atas Unklab. *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, 8(3), 1989–2002. <https://doi.org/10.37905/aksara.8.3.1989-2002.2022>
- Kementerian Kesehatan. (2023). *Buku pedoman pengendalian hipertensi di fasilitas kesehatan tingkat pertama tahun 2024* (1–71). <https://diskes.badungkab.go.id/pengumuman/55455-pedoman-pengendalian-hipertensi-di-fasilitas-kesehatan-tingkat-pertama-tahun-2024>
- Kurniawati, E., & Aryani, R. (2022). Peningkatan pemahaman kader tentang pemanfaatan posbindu-penyakit tidak menular di Desa Dilib Bukti Kecamatan Suka Makmur Kabupaten Aceh Besar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Kesehatan)*, 4(2), 86–89. <https://jurnal.uui.ac.id/index.php/jpkmk/article/view/2453>
- Muhdiana, D., Umeda, M., Misparsih, Naryati, Sugiati, & Risqiya, F. (2023). *Modul kesehatan lansia dengan hipertensi*. <https://repository.umj.ac.id/1107/18/Buku%20Saku%20Pengmas%20Kesehatan%20ansiaISBN.pdf>
- Oktaviani, E., Prastia, T. N., & Dwimawati, E. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada pra lansia di Puskesmas Bojonggede tahun 2021. *Promotor*, 5(2), 135–147. <https://doi.org/10.32832/pro.v5i2.6148>

- Pradono, J., Kusumawardani, N., & Rachmalina, R. (2021). *Hipertensi: Pembunuh terselubung di Indonesia*. *Respiratory*, 4(2), 72–128. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/4216>
- Puspitasari, F., & Suyanto, K. S. (2022). *Modul menurunkan hipertensi pada lansia menggunakan latihan brisk walking* (pp. 1–28). <https://tahtamedia.co.id/index.php/issj/article/view/461>
- Sari, N. P. W. P. (2021). Deteksi dini dan upaya peningkatan kesadaran diri penderita hipertensi untuk memanfaatkan layanan kesehatan komunitas. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 1–4. <https://doi.org/10.37160/emass.v3i2.820>
- Umeda, M., Naryati, Misparsih, Muhdiana, D., & Nurhayati, W. J. (2023). *Modul hipertensi* (pp. 1–14). Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta. <https://repository.umj.ac.id/4214/1/Buku%20saku%20hipertensi.pdf>
- Wahyuni, E. S., & Silvitasari, I. (2022). *Peduli hipertensi untuk kader posyandu* (pp. 1–78). <http://eprints.aiska-university.ac.id/625/1/Buku%20Saku%20Peduli%20Hipertensi.pdf>
- Wardani, D. K., Kurniatun, K., & Sulastien, H. (2023). Identifikasi faktor penyebab terjadinya hipertensi pada lansia. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 11(1), 5. <https://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jkk/article/view/121>