

Edukasi Kesehatan Hipertensi Berbasis Metode KAP Di Gampong Geudong Alue Kabupaten Bireueun

Raihanil Fitri*¹, Farrah Fahdhienie², Dharina Baharuddin³

^{1,2,3}Magister Kesehatan Masyarakat, Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Aceh, Indonesia

²Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Aceh, Indonesia

e-mail: * raihanilfitri@gmail.com, farrah.fahdhienie@gmail.com,

dharina@unmuha.ac.id

Abstrak

Penyakit hipertensi atau yang biasa di kenal dengan tekanan darah tinggi masih menjadi salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia dengan prevalensi yang terus meningkat, termasuk di wilayah pedesaan. Di Desa Geudong Alue, Kabupaten Bireuen, tingginya angka penderita hipertensi belum diimbangi dengan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko serta upaya dalam pencegahannya. Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi melalui penyuluhan berbasis Komunikasi Antar Personal (KAP). Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain pre-eksperimental, menggunakan kuesioner pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Kegiatan ini melibatkan 25 responden dari masyarakat Desa Geudong Alue. Hasil pengabdian dengan berbasis KAP menunjukkan adanya peningkatan signifikan rata-rata pengetahuan dari 8,28 ($SD = 2,20832$) sebelum penyuluhan menjadi 13,4 ($SD = 2,00000$), yang mana terjadi peningkatan point sebesar 5.12 setelah penyuluhan dengan nilai p-value sebesar 0,000. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan KAP efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat mengenai hipertensi. Selain peningkatan pengetahuan, metode interaktif yang digunakan seperti lagu program CERDIK, diskusi, dan permainan dapat menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan mampu menambah wawasan masyarakat mengenai hipertensi serta berpotensi untuk diterapkan secara lebih luas sebagai strategi edukatif yang berkelanjutan.

Kata kunci: Hipertensi, lifestyle, penyuluhan, Metode KAP

1. PENDAHULUAN

Hipertensi atau yang biasa di kenal dengan tekanan darah tinggi telah menjadi salah satu masalah kesehatan utama yang dihadapi Masyarakat di negara Indonesia. Penyakit tersebut disebut dengan silent killer karena sering kali tidak menimbulkan gejala yang jelas pada penderitanya hingga menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal dan biasa juga penyakit ini secara diam diam tetapi mematikan [1]. Secara global, hipertensi merupakan faktor risiko utama kematian dini, yang sangat berkontribusi terhadap beban kesehatan di banyak negara berkembang. Berdasarkan data dari World Health Organization, pada tahun 2025 diperkirakan jumlah penderita hipertensi di dunia akan mencapai 1,56 miliar penderita [2]. Angka ini mencerminkan besarnya dampak hipertensi

terhadap populasi dan perkembangan global, termasuk Indonesia, yang memiliki prevalensi hipertensi yang cukup tinggi.

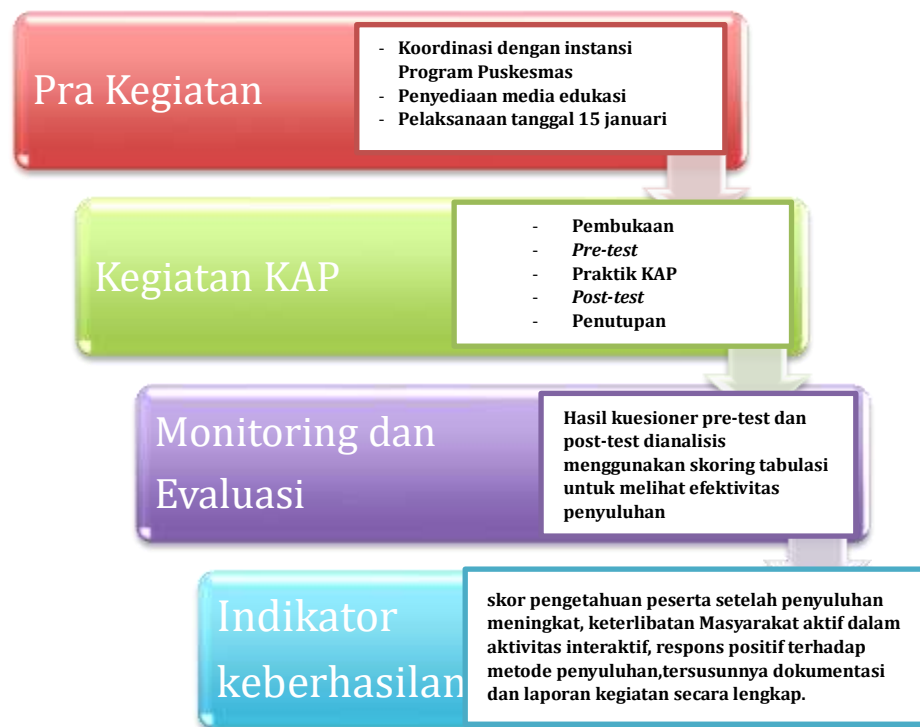
Di Indonesia, hipertensi telah menjadi penyebab utama kematian yang dapat dicegah, namun tetap sering diabaikan oleh banyak individu [3]. Menurut data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia sekitar 34,1% dari populasi dewasa di Indonesia menderita hipertensi, dan sebagian besar tidak menyadari bahwa mereka mengidapnya [4]. Hal tersebut menyebabkan tingginya risiko terjadinya komplikasi yang dapat memperburuk kondisi Kesehatan semua jenis usia. Salah satu faktor utama yang menyebabkan tingginya prevalensi hipertensi adalah gaya hidup yang tidak sehat, seperti konsumsi garam yang berlebihan, merokok, pola makan yang buruk, kurangnya aktivitas fisik, dan stres yang tinggi [5]. Semua faktor ini semakin memburuk dengan kurangnya akses masyarakat terhadap informasi kesehatan yang memadai [6].

Di Provinsi Aceh, prevalensi hipertensi juga cukup tinggi, dan Kabupaten Bireuen merupakan salah satu daerah dengan angka prevalensi hipertensi yang mengkhawatirkan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Agusri et al. (2024), pada tahun 2023 prevalensi hipertensi di Kabupaten Bireuen tercatat mencapai 28,6%, Dengan total keseluruhan penduduk sekitar 48.880 jiwa, tercatat sebanyak 729 orang yang menderita hipertensi. Hipertensi yang tidak terkelola dengan baik dapat memicu berbagai komplikasi yang merusak kualitas hidup Masyarakat [7]. Untuk menjawab permasalahan tingginya prevalensi hipertensi di Kabupaten Bireuen karena akibat rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat tentang pencegahan dan pengelolaan penyakit ini, solusi yang ditawarkan dalam kegiatan ini adalah pelaksanaan penyuluhan kesehatan menggunakan pendekatan Komunikasi Antar Personal (KAP) [8]. KAP adalah metode komunikasi langsung yang melibatkan interaksi antara petugas kesehatan dan individu atau kelompok masyarakat. Pendekatan ini mampu menyampaikan informasi yang lebih personal, interaktif, dan mudah dipahami oleh masyarakat. Melalui interaksi tatap muka antara tenaga kesehatan dan warga, KAP memungkinkan terjadinya dialog dua arah yang memperkuat pemahaman individu terhadap materi yang disampaikan. Penyuluhan ini tidak hanya menyampaikan informasi medis tentang hipertensi, tetapi juga mengedukasi masyarakat mengenai faktor risiko, pentingnya deteksi dini, serta gaya hidup sehat yang dapat membantu menurunkan risiko hipertensi, seperti pengaturan pola makan, aktivitas fisik, dan pengelolaan stres [9]. Selain itu, metode ini diperkaya dengan media edukatif seperti lagu CERDIK, diskusi kelompok, dan permainan, untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan mendorong partisipasi aktif masyarakat yang ikut serta dalam pengabdian ini.

2. METODE

Metode pelaksanaan kegiatan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan pendekatan Komunikasi Antar Personal (KAP), yang melibatkan interaksi langsung antara penulis dan Masyarakat. Penulis bertindak sebagai fasilitator yang bertanggung jawab penuh terhadap Kegiatan. KAP dilaksanakan selama 90 Menit dengan melibatkan 25 peserta Masyarakat usia dewasa. Praktik KAP ini dilakukan di Kantor Kepala Desa Gampong Geudong Alue Kecamatan Kota Juang, Kabupaten Bireuen, Provinsi Aceh pada tanggal 15 Januari 2025.

Kegiatan ini terdiri dari tiga tahapan yaitu Tahap Prakegiatan, Tahap Pelaksanaan, dan Tahap Monev. Rincian kegiatan dapat dilihat pada gambar 1. Instrumen pada kegiatan ini menggunakan kuesioner *pretest* dan *posttest* untuk mengukur pengetahuan yang terdiri dari 15 pernyataan (Benar/salah). Kuesioner terdiri dari indikator pengukuran, gejala, kelompok resiko, penyebab, pencegahan dan pengobatan hipertensi. Analisis data menggunakan Uji T-test untuk melihat skor perbedaan sebelum dan setelah KAP dilakukan dengan *Software* SPSS 25. Terdapat perbedaan pengetahuan apabila p value <0,05 [10].



Gambar 1. Bagan Pelaksanaan KAP do Desa Geudong Alue

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Praktik pengabdian dengan Komunikasi Antar Personal (KAP) yang dilakukan di Gampong Geudong Alue, Kecamatan Kota Juang, Kabupaten Bireuen, Provinsi Aceh memiliki tujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai hipertensi, terutama yang disebabkan oleh faktor risiko gaya hidup yang tidak sehat. Saat pelaksanaan penulis pertama memberikan kuesioner berupa *pre-test* untuk mengukur Tingkat pengetahuan responden (Gambar 2).



Gambar 2. Pembagian *Pre-test* pada Masyarakat di Desa Geudong Alue

Kegiatan selanjutnya dilanjutkan dengan praktik (KAP), yang melibatkan interaksi langsung antara penulis dan masyarakat. Pendekatan ini dianggap efektif untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap hipertensi, serta untuk mendorong perubahan perilaku sehat dalam pencegahan penyakit hipertensi (Gambar 3).



Gambar 3. Pelaksanaan KAP di Desa Geudong Alue

Tahap terakhir, penulis memberikan *doorprize* bagi tiga responden yang menjawab secara sempurna pertanyaan dari penulis. Setelah itu, untuk mengukur Kembali Tingkat pengetahuan responden setelah diberikan intervensi dilanjutkan dengan pemberian kuesioner *post-test* (Gambar 4).



Gambar 4. Pembagian *Post-test* pada Masyarakat di Desa Geudong Alue

Penyuluhan menggunakan metode KAP dilakukan dengan melibatkan 25 responden. Berikut Karakteristik Responden berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, Pendidikan, dan Status.

Tabel 1. Karakteristik Responden berdasarkan

No	Umur	n	%
1	< 30 Tahun	2	8
2	> 30 Tahun	23	92
No	Jenis Kelamin		
1	Laki-Laki	2	8
2	Perempuan	23	92
No	Pendidikan		
1	SMP	4	16
2	SMA	8	32
3	Perguruan Tinggi (PT)	13	52
No	Status		
1	Menikah	25	100
Total		106	100

Berdasarkan Tabel 1. Diatas karakteristik Berdasarkan usia, mayoritas responden 23 orang (92%) berusia >30 tahun, sedangkan hanya 2 orang (8%) yang berusia <30 tahun. Dari segi jenis kelamin, responden didominasi oleh perempuan sebanyak 23 orang (92%), sementara laki-laki hanya 2 orang (8%). Dalam hal pendidikan, sebanyak 13 orang (52%) merupakan lulusan perguruan tinggi, diikuti oleh 8 orang (32%) lulusan SMA, dan 4 orang (16%) lulusan SMP. Dan 25 responden (100%) berstatus menikah.

Tabel 2. Nilai Rata-rata pengetahuan responden *pretest* dan *posttest*

Pengetahuan Hipertensi	Mean	N	STD	P value 0.000
<i>Pre Test</i> Pengetahuan	8.2800	25	2.20832	
<i>Post Test</i> Pengetahuan	13.4000	325	2.00000	

Berdasarkan Tabel 2. di atas hasil menunjukkan bahwa rata-rata nilai pengetahuan responden sebelum dilakukan penyuluhan adalah 8.28 dengan standar deviasi 2.20832. Hal ini mengindikasikan bahwa sebelum intervensi, pengetahuan responden tentang hipertensi masih relatif rendah dan cenderung bervariasi. Setelah dilakukan penyuluhan menggunakan pendekatan Komunikasi Antar Personal (KAP), rata-rata nilai pengetahuan responden meningkat secara signifikan menjadi 13.4 dengan standar deviasi 2.00000. Peningkatan rata-rata sebesar 5.12 poin ini menunjukkan bahwa penyuluhan mampu memberikan dampak positif terhadap pemahaman responden. Uji statistik yang dilakukan menghasilkan nilai p-value sebesar 0.000, yang secara statistik menunjukkan tingkat signifikansi tinggi ($p < 0.05$). Artinya, terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan responden sebelum dan sesudah penyuluhan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan dengan pendekatan KAP efektif dalam meningkatkan tingkat pengetahuan responden mengenai hipertensi. Selain itu, perbedaan standar deviasi antara pre-test dan post-test menunjukkan bahwa variasi atau perbedaan skor antarresponden menjadi lebih kecil setelah penyuluhan. Hal ini mengindikasikan bahwa penyuluhan tidak hanya meningkatkan rata-rata pengetahuan, tetapi juga membantu menyamakan tingkat pemahaman di antara responden. Dengan kata lain, pendekatan ini berhasil menyampaikan informasi secara merata dan dipahami oleh sebagian besar responden. Secara keseluruhan, hasil ini menegaskan bahwa metode KAP tidak hanya efektif dalam menyampaikan materi kesehatan, tetapi juga dapat meningkatkan keterlibatan dan pemahaman masyarakat secara kolektif.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari et al. (2023) mengenai “Penyuluhan Perilaku CERDIK dan PATUH sebagai Upaya Penanggulangan Hipertensi pada Lansia di Desa Tonasa, Takalar” yang menunjukkan hasil bahwa setelah diberikan penyuluhan menggunakan metode KAP, rata-rata skor pengetahuan responden meningkat yaitu dari 6,9 menjadi 8,9. Banyak penelitian yang menunjukkan bahwa penyuluhan dengan pendekatan KAP dapat secara signifikan meningkatkan pemahaman Masyarakat.

Selain hasil kuantitatif yang diperoleh dari kuesioner, observasi selama kegiatan juga memberikan gambaran yang lebih mendalam mengenai bagaimana responden merespons informasi yang disampaikan. Selama kegiatan, banyak responden yang aktif bertanya dan berdiskusi mengenai hipertensi, gaya hidup sehat, dan bagaimana cara mencegah hipertensi. Ini menunjukkan bahwa masyarakat benar-benar terlibat dalam proses pembelajaran dan merasa tertarik untuk mengubah pola hidup mereka. Salah satu elemen yang menarik perhatian adalah penggunaan lagu untuk menyampaikan program CERDIK. Lagu yang berisi langkah-langkah pencegahan hipertensi, seperti cek kesehatan secara berkala, enyah asap rokok, rajin aktivitas fisik, diet seimbang, dan kelola stres, membantu mempermudah masyarakat untuk mengingat dan mengaplikasikan pesan-pesan tersebut. Program CERDIK yang biasanya disosialisasikan dalam bentuk teks atau presentasi, kali ini disampaikan dengan cara yang lebih menyenangkan, yaitu melalui musik, yang membuat informasi lebih mudah diingat dan dipahami. Selain itu, interaksi yang tercipta dalam kegiatan ini sangat mendalam. Sesi tanya jawab, diskusi, serta permainan interaktif seperti perengangan dengan lagu, memberi ruang bagi responden untuk berpartisipasi aktif. Ini menjadikan penyuluhan lebih menarik dan memotivasi masyarakat untuk lebih memperhatikan kesehatan mereka.

Salah satu keunggulan utama dari pendekatan KAP adalah kemampuannya untuk menyampaikan informasi dengan cara yang lebih personal dan interaktif [11]. Dalam konteks penyuluhan tentang hipertensi, pendekatan ini memungkinkan penulis untuk tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga berinteraksi langsung dengan masyarakat, menggali pertanyaan, dan memberikan klarifikasi yang dibutuhkan. Hal ini sangat penting, mengingat hipertensi sering kali dianggap sebagai penyakit yang tidak berbahaya karena tidak menimbulkan gejala yang jelas, meskipun dapat menyebabkan komplikasi fatal seperti stroke, penyakit jantung, dan gagal ginjal [12].

Selain peningkatan pengetahuan, tujuan utama dari penyuluhan ini adalah mendorong perubahan perilaku masyarakat. Penyuluhan mengenai langkah-langkah pencegahan hipertensi, yang meliputi cek kesehatan berkala, menghindari merokok, rajin beraktivitas fisik, menjaga pola makan sehat, dan mengelola stres, diharapkan dapat membantu masyarakat untuk merubah gaya hidup mereka ke arah yang lebih sehat.

4. KESIMPULAN

Penyuluhan yang dilakukan dengan pendekatan komunikasi antar personal (KAP) di Gampong Geudong Alue, Kecamatan Kota Juang, Kabupaten Bireuen, menunjukkan hasil yang sangat positif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap hipertensi. Sebelum penyuluhan, mayoritas responden memiliki pengetahuan yang terbatas, namun setelah penyuluhan, terjadi perubahan signifikan dengan banyak responden yang meningkatkan tingkat pengetahuannya. Skor rata-rata pengetahuan responden meningkat dari 8,28 pada pre-test menjadi 13,4 pada post-test, dengan nilai p value 0,000 yang mana hasil tersebut $p < 0,05$. Yang artinya bahwa penyuluhan dengan menggunakan KAP efektif dilakukan.

Penyuluhan ini tidak hanya berhasil meningkatkan pengetahuan, tetapi juga melibatkan masyarakat secara aktif melalui interaksi yang menyenangkan, seperti penggunaan lagu untuk menyampaikan informasi tentang program CERDIK, serta sesi tanya jawab dan permainan interaktif. Pendekatan KAP yang personal dan interaktif ini terbukti efektif dalam membantu masyarakat memahami pentingnya pencegahan hipertensi dan mengubah pola hidup mereka ke arah yang lebih sehat.

5. SARAN

Disarankan agar pendekatan KAP diterapkan secara lebih luas di desa atau gampong lain untuk memperluas dampak positif penyuluhan, khususnya dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan pencegahannya. Penting untuk melakukan evaluasi lanjutan untuk mengukur perubahan perilaku masyarakat dalam jangka panjang, termasuk efektivitas penyuluhan dalam mendorong adopsi gaya hidup sehat secara berkelanjutan. Untuk memperkuat dampak penyuluhan, diperlukan kerja sama yang erat dengan fasilitas kesehatan setempat. Hal ini dapat mencakup penyediaan layanan pemeriksaan kesehatan rutin bagi masyarakat sebagai tindak lanjut dari penyuluhan, guna memantau dan mendukung perubahan gaya hidup mereka. Diperlukan inovasi lebih lanjut dalam materi dan metode penyuluhan, seperti penggunaan teknologi digital atau media visual, agar penyampaian informasi dapat semakin menarik dan mudah dipahami oleh berbagai kalangan masyarakat. Dengan melibatkan berbagai pihak terkait dan memperluas cakupan program, pendekatan KAP memiliki potensi besar untuk meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat secara berkelanjutan..

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini. Kami menyampaikan penghargaan yang tinggi kepada masyarakat Gampong Geudong Alue, Kecamatan Kota Juang, Kabupaten Bireuen, yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini, serta kepada Pemerintah Desa yang telah memberikan izin dan fasilitas yang memadai untuk pelaksanaan kegiatan.

Terima kasih juga disampaikan kepada tim fasilitator yang telah bekerja keras dalam menyampaikan materi dengan penuh dedikasi dan interaktif. Kami juga mengapresiasi dukungan dari Universitas Muhammadiyah Aceh, khususnya Magister Kesehatan Masyarakat, yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk menjalankan penelitian ini.

Semoga hasil dari penyuluhan ini dapat memberikan manfaat yang besar bagi masyarakat dan dapat diterapkan secara luas untuk meningkatkan kesadaran dan pencegahan hipertensi di daerah lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] E. Chindy Aisha, "Literatur Review:" Pengaruh Terapi Swedish Massage Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi"," 2024.
- [2] UNICEF, "Laporan Tahunan UNICEF Indonesia Tahun 2022
- [3] K. Suvila, V. Langén, S. Cheng, and T. J. Niiranen, "Age of Hypertension Onset: Overview of Research and How to Apply in Practice," (in eng), *Curr Hypertens Rep*, vol. 22, no. 9, p. 68, Aug 27 2020.
- [4] Kemenkes RI, "Laporan Prevalensi Hipertensi di Indonesia Tahun 2022," 2023.
- [5] A. S. Vivi Halida Z1, "Perbedaan Efektivitas Terapi Musik Klasik dan Murotal Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Kota Bengkulu," 2023.
- [6] T. P. Devanti, M. Ginting, D. Desi, D. Dahliansyah, D. Hariyadi, and W. L. Puspita, "Gambaran Pengetahuan Hipertensi Dan Kepatuhan Diet Pada Penderita Hipertensi," *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*, vol. 7, no. 1, pp. 449-452, 2024.
- [7] F. Safitri, A. Husna, I. Ismail, and D. F. Aningsih, "Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi pada Pasien di Poliklinik Bidang Kedokteran dan Kesehatan Polda Aceh," *Journal Of Healthcare Technology And Medicine*, vol. 10, no. 1, pp. 1-8, 2024.
- [8] D. Dedi, "Konseling Berbasis Komunikasi Interpersonal," 2024.
- [9] M. Mauliza and T. Y. Iqbal, "Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Asi Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Wewantara Aceh Utara Tahun 2022," *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, vol. 7, no. 1, pp. 12-25, 2024.
- [10] J. Junaidi, "Statistik uji kruskal-wallis," *Jurnal Fakultas Ekonomi Universitas Jambi*, pp. 1-5, 2010.
- [11] I. G. A. Mayasari, "Strategi Komunikasi Petugas Promosi Kesehatan Dalam Mencegah Hipertensi Di Puskesmas Karang Taliwang," *Jurnal Intelek Dan Cendekiawan Nusantara*, vol. 1, no. 2, pp. 955-964, 2024.
- [12] A. Rahma, "Faktor–Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Terapi Hemodialisa Di Rsud Dr Soedirman Kebumen," Universitas Muhammadiyah Gombong, 2024.