

## SKRINING DAN EDUKASI PERILAKU CERDIK DALAM UPAYA PENCEGAHAN PREHIPERTENSI PADA REMAJA

Natalia Paskawati Adimuntja<sup>1\*</sup>, Helen Try Juni Asti<sup>2</sup>, Asriati<sup>3</sup>,  
Lisda Oktavia Madu Pamangkin<sup>4</sup>, Fajrin Violita<sup>5</sup>, Fransina Alfonsina Izaac<sup>6</sup>  
<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Cenderawasih, Indonesia  
[nataliaadimuntja@gmail.com](mailto:nataliaadimuntja@gmail.com)

### ABSTRAK

**Abstrak:** Prevalensi hipertensi menurut kabupaten/kota di Papua, Kota Jayapura menempati urut kedua tertinggi yakni sebesar 35,03%. Penelitian analisis perilaku "CERDIK" penyakit tidak menular untuk pencegahan hipertensi pada remaja di Kota Jayapura pada tahun 2024 diterdapat 50.7% remaja memiliki perilaku "CERDIK PTM" untuk pencegahan hipertensi kurang dan 49.3% perilaku "CERDIK PTM" untuk pencegahan hipertensi baik. Tujuan pengabdian adalah mengetahui status kesehatan tekanan darah dan tingkat pengetahuan tentang perilaku "CERDIK" untuk pencegahan prehipertensi pada remaja. Bentuk kegiatan yang dilakukan berupa skrining dan edukasi perilaku "CERDIK" untuk pencegahan prehipertensi. Mitra kegiatan yaitu siswa-siswi sekolah menengah atas Kalam Kudus Jayapura berjumlah 34 orang. Evaluasi kegiatan menggunakan kuesioner pre dan post test yang terdiri dari 5 pertanyaan. Hasil skrining tekanan darah menunjukkan bahwa Sebagian besar berada pada kategori normal yaitu 31 orang (91,2%), responden yang berada pada kategori hipertensi tingkat 1 sebanyak 2 orang (5,9%) dan responden yang mengalami pre hipertensi ada 1 orang (2,9%). Sedangkan dari hasil kegiatan edukasi diketahui bahwa terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan peserta kegiatan edukasi pencegahan pre hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan edukasi.

**Kata Kunci:** Skrining Prehipertensi; Edukasi; Pengetahuan.

**Abstract:** *Prevalence of hypertension by district/city in Papua, Jayapura City ranks second highest at 35.03%. The study of the analysis of the behavior of "CERDIK" non-communicable diseases for the prevention of hypertension in adolescents in Jayapura City in 2024 found that 50.7% of adolescents had "CERDIK PTM" behavior for the prevention of hypertension less and 49.3% had "CERDIK PTM" behavior for the prevention of hypertension well. The purpose of the community service was to determine the health status of blood pressure and the level of knowledge about "CERDIK" behavior for the prevention of prehypertension in adolescents. The form of activities carried out was screening and education of "CERDIK" behavior for the prevention of prehypertension. The activity partners were 34 students Kalam Kudus senior high school in Jayapura. The activity evaluation used a pre- and post-test questionnaire consisting of 5 questions. The results of the blood pressure screening showed that the majority were in the normal category, namely 31 people (91.2%), respondents who were in the category of hypertension level 1 were 2 people (5.9%) and respondents who experienced pre-hypertension were 1 person (2.9%). Meanwhile, from the results of educational activities, it was found that there was an increase in the average knowledge of participants in pre-hypertension prevention educational activities before and after the education was carried out.*

**Keywords:** Prehypertension Screening; Education; Knowledge.



### Article History:

Received: 28-11-2025  
Revised : 27-12-2025  
Accepted: 27-12-2025  
Online : 01-02-2026



This is an open access article under the CC-BY-SA license

## A. LATAR BELAKANG

Penyakit Tidak Menular merupakan penyakit kronis yang disebabkan oleh multi faktor seperti genetik, fisiologis, lingkungan dan perilaku. Faktor risiko penyakit tidak menular yang merupakan penyebab kematian di dunia salah satunya adalah hipertensi. Hipertensi merupakan sebuah kondisi dimana tekanan darah meningkat yakni melebihi 140 mmHg pada tekanan darah sistolik dan lebih dari 90 mmHg pada tekanan darah diastolik (Kemenkes RI, 2023b). Hipertensi menjadi perhatian karena prevalensinya tinggi dan perannya sebagai faktor risiko utama penyakit jantung dan pembuluh darah (Kemenkes RI, 2023a).

Prehipertensi adalah keadaan tekanan darah yang berada dalam rentang 120-129 mmHg sistolik dan <80 mmHg diastolik (Kemenkes RI, 2019b). Prevalensi prehipertensi pada remaja di Indonesia sebesar 16,8% (Sudikno et al., 2023). Prehipertensi bukanlah sebuah penyakit melainkan suatu keadaan yang memerlukan penurunan tekanan darah segera, sebelum mencapai tahap hipertensi dan menghadapi risiko komplikasi (Hardiman & Siregar, 2022).

Data global pada tahun 2019 menunjukkan prevalensi hipertensi terstandar usia pada kelompok usia 30-79 tahun di dunia adalah 33,1% dan di Kawasan Asia Tenggara sebesar 32,4%. *World Health Organization* memperkirakan di tahun 2023 ada sekitar 1,28 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi (World Health Organization, 2023b), dimana dua pertiga diantaranya berada di negara berkembang dengan penghasilan rendah-sedang (*World Health Federation*, 2023).

Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 yakni sebesar 34,1%. Jika dibandingkan dengan hasil Riskesdas 2018, hasil SKI 2023 menunjukkan penurunan prevalensi hipertensi pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah adalah 30,8% (Kemenkes RI, 2023b). Prevalensi hipertensi di Provinsi Papua berdasarkan pengukuran pada penduduk umur  $\geq 18$  tahun sebesar 22,2% pada tahun 2018 dan meningkat menjadi 25,8% pada tahun 2023 (Kemenkes RI, 2023b). Sedangkan prevalensi hipertensi menurut kabupaten/kota di Papua, kota Jayapura menempati urut kedua tertinggi yakni sebesar 35,03% (Kemenkes RI, 2019a).

Kejadian hipertensi tidak hanya terjadi pada usia dewasa dan lansia, namun dapat juga dialami pada kelompok usia remaja (Roiefah & Pertiwi, Kartika Dian, 2021). Survei yang dilakukan pada anak usia 11-17 tahun di wilayah perkotaan dan pedesaan Ludhiana, Punjab, India pada tahun 2019 menemukan prevalensi hipertensi remaja di daerah perkotaan sebesar 8,4%, sedangkan di daerah pedesaan sebesar 5,7% (Mohan et al., 2019). Menurut Daziah & Rahayu (2020) remaja dalam sasaran penanganan hipertensi menjadi tantangan besar bagi Indonesia karena kasusnya pada remaja menjadi masalah serius jika tidak dikendalikan dapat menimbulkan

komplikasi yang menyebabkan stroke, jantung koroner bahkan kematian (Firmansyah & Aprilianti, 2023).

Tekanan darah pada masa remaja merupakan indikator kuat tekanan darah orang dewasa. Oleh karena itu, deteksi dini hipertensi dan faktor risikonya penting dilakukan agar komplikasi hipertensi dikemudian hari dapat dicegah (Daniel et al., 2020). Faktor risiko hipertensi dihubungkan dengan gaya hidup seperti stres, obesitas, kurang olahraga, merokok, konsumsi alkohol, konsumsi makanan tinggi lemak dan kurang mengonsumsi buah dan sayur (Setiandari, 2022; *World Health Organization*, 2023a). Program pengendalian hipertensi oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, salah satunya dengan menerapkan CERDIK penyakit tidak menular. CERDIK merupakan akronim dari Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin beraktivitas fisik, Diet yang sehat dan seimbang, Istirahat yang cukup dan Kelola stres (Hakim & Sari, 2023).

Mitra sasaran dari kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat kami tujukan kepada siswa-siswi di SMA Kristen Kalam Kudus Jayapura. Berdasarkan kajian analisis perilaku “CERDIK” penyakit tidak menular untuk pencegahan hipertensi pada remaja di Kota Jayapura pada tahun 2024, dimana respondennya juga berasal dari siswa-siswi di SMA Kalam Kudus Jayapura menemukan bahwa sebanyak 80.2% tidak pernah melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin setiap bulan, sebanyak 35.9% mengonsumsi makanan yang mengandung micin dan minyak setiap hari. Sebanyak 72.6% mengonsumsi garam lebih dari 1 sendok teh setiap hari, sebanyak 81.3% mengonsumsi minuman kopi lebih dari 2 gelas setiap hari dan sebanyak 49.3% yang memiliki waktu tidur kurang dari 6 jam per hari (Adimuntja & Nabuasa, 2024). Data tersebut menunjukkan perilaku remaja berisiko terhadap prehipertensi. Faktor risiko dari prehipertensi sama dengan hipertensi yang berkaitan dengan gaya hidup, seperti mengonsumsi makanan tinggi natrium (Sabbu et al., 2024).

Skrining adalah strategi untuk mengidentifikasi adanya faktor risiko sehingga memungkinkan deteksi dini seseorang yang mungkin berisiko (Ayu et al., 2024). Skrining dan pemantauan tekanan darah diperlukan untuk mengonfirmasi hipertensi pada anak dan remaja. Skrining tekanan darah bertujuan mendeteksi remaja berisiko tinggi mengalami prehipertensi dan hipertensi lebih awal, agar dapat dilakukan tindakan pencegahan melalui perubahan perilaku (Lenggogeni et al., 2025).

Implementasi perilaku “CERDIK” pada remaja penting untuk meningkatkan status kesehatan, upaya peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat dan memonitoring serta mendeteksi sedini mungkin faktor risiko hipertensi. Masalah masih rendahnya kesadaran remaja untuk menerapkan perilaku “CERDIK” sebagai upaya pencegahan prehipertensi. Perubahan perilaku kesehatan, salah satunya sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan (Mariana et al., 2024). Oleh karena itu penting untuk meningkatkan kesadaran remaja untuk melakukan pemantauan tekanan

dan pemberian edukasi tentang pencegahan dan pengelolaan hipertensi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa skrining dan edukasi perilaku "CERDIK" untuk pencegahan prehipertensi pada remaja. Kegiatan ini diharapkan menjadi salah satu solusi untuk menurunkan risiko prehipertensi pada remaja.

Solusi yang diajukan untuk menangani prioritas permasalahan di SMA Kalam Kudus Jayapura adalah melakukan skrining dan edukasi pada remaja yang dilakukan dengan menggunakan metode penyuluhan dan bantuan media *powerpoint*. Skrining dan pemantauan tekanan darah diperlukan untuk mengonfirmasi hipertensi pada anak dan remaja. Skrining tekanan darah bertujuan mendeteksi remaja berisiko tinggi mengalami prehipertensi dan hipertensi lebih awal, agar dapat dilakukan penanganan (Untari et al., 2022). Edukasi merupakan inisiatif yang bertujuan mempengaruhi orang lain, baik individu, kelompok, atau masyarakat pada umumnya, untuk mencapai apa yang diinginkan oleh peserta pendidikan. Batasan tersebut mencakup unsur masukan (proses yang dirancang untuk mempengaruhi orang lain) dan keluaran (hasil yang diharapkan) (Aryani et al., 2024; Putri et al., 2024; Setiana et al., 2022). Hasil yang diharapkan dari promosi adalah perilaku peningkatan pengetahuan. Pengetahuan bertambah sesuai dengan proses pengalaman yang dialami. Meningkatnya pengetahuan remaja tentang faktor risiko prehipertensi diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku remaja menuju gaya hidup yang lebih sehat, seperti menghindari merokok, mengonsumsi makanan sehat, dan berolahraga secara teratur (Novendy et al., 2022). Serta melalui pemantauan kesehatan berkala, memungkinkan deteksi dini faktor risiko prehipertensi pada remaja, sehingga intervensi dilakukan lebih awal (Wikandari et al., 2024).

## B. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan menggunakan metode skrining tekanan darah dan dalam kegiatan ini juga dilakukan edukasi perilaku "CERDIK" untuk pencegahan prehipertensi yang disampaikan dengan metode penyuluhan dengan bantuan media *power point* untuk meningkatkan minat siswa-siswi dalam menerima informasi, serta kemudahan dalam memahami pesan yang disampaikan terkait perilaku "CERDIK" untuk pencegahan prehipertensi. Mitra kegiatan pengabdian yaitu SMA Kalam Kudus Jayapura. Jumlah siswa-siswi kelas XII di SMA Kalam Kudus Jayapura yang mengikuti kegiatan yaitu 34 orang.

Tahapan kegiatan ini dimulai dengan skrining prehipertensi yang dilakukan dengan pemeriksaan tekanan darah siswa-siwi. Prosedur pengukuran tekanan darah yang dilakukan dalam kegiatan skrining ini mengacu pada langkah pemeriksaan yang direkomendasikan oleh *American Heart Association* (AHA). Tahapan kegiatan selanjutnya dilakukan pemberian edukasi dengan metode penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan remaja. Edukasi menggunakan bantuan media *power point*

untuk meningkatkan minat siswa-siswi dalam menerima informasi, serta kemudahan dalam memahami pesan yang disampaikan. Pada bagian akhir kegiatan pengabdi akan melihat bagaimana ketercapaian kegiatan berdasarkan penilaian peserta. Berikut merupakan uraian tahapan pelaksanaan kegiatan, seperti terlihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Tahapan Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

No.	Kegiatan	Tahapan pelaksanaan	Evaluasi kegiatan	Rencana Tindak Lanjut
1.	Pelaksanaan skrining prehipertensi	<p>Persiapan</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tim pengabdi bersiap untuk melakukan skrining</li> <li>• Peserta melakukan registrasi dibantu oleh tim pengabdian</li> </ul>		Tim pengabdian meningkatkan frekuensi paparan remaja terhadap informasi kesehatan
		<p>Pengukuran tekanan darah</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Panitia menyampaikan arahan terkait alur pemeriksaan tekanan darah, agar terlaksana dengan tertib</li> <li>• Pelaksanaan pengukuran tekanan darah yang dilakukan mengacu pada langkah pemeriksaan yang direkomendasikan oleh <i>American Heart Association</i> (AHA).</li> </ul>	Tim pengabdian meningkatkan frekuensi paparan remaja terhadap informasi kesehatan	
2.	Pemberian edukasi dengan metode penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan remaja	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Panitia kegiatan membagikan kuesioner pre test dan alat tulis</li> <li>• Panitia memberikan arahan umtuk mengisi kuesioner</li> <li>• Peserta mengisi kuesioner dan mengumpulkan langsung.</li> <li>• Fasilitator mulai menyampaikan materi penyuluhan secara interaktif kepada remaja</li> <li>• Setelah menyampaikan penyuluhan secara singkat dan terarah, fasilitator mempersilahkan peserta untuk</li> </ul>	<p>Tim pengabdi menilai pre test tentang pengetahuan anak</p>	<p>Tim pengabdian menggunakan media yang lainnya pada intervensi berikutnya untuk menghindari kejemuhan dan menarik minat remaja.</p>

No.	Kegiatan	Tahapan pelaksanaan	Evaluasi kegiatan	Rencana Tindak Lanjut
		<p>bertanya, jika ada pesan informasi yang belum dipahami.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fasilitator membuat kesimpulan dan menutup penyuluhan.</li> </ul>		
		<p>Penutup</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Panitia membagikan kuesioner untuk pengukuran post test</li> <li>• Peserta mulai mengisi kuesioner yang diberikan</li> <li>• Panitia menutup kegiatan</li> <li>• Istirahat</li> </ul>	<p>Tim pengabdian menilai hasil pengukuran post test tentang pengetahuan.</p> <p>Tim pengabdian menilai respon anak terhadap penggunaan media powerpoint</p>	

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat telah dilaksanakan di SMA Kalam Kudus Jayapura pada tanggal 12 September 2025. Tahapan kegiatan dimulai dengan melakukan koordinasi kepada Kepala Sekolah SMA Kalam Kudus Jayapura untuk menyampaikan latar belakang dan tujuan kegiatan pengabdian serta mengetahui jumlah siswa-siswi kelas XII di SMA Kalam Kudus Jayapura, dimana target kegiatan ini yaitu keterlibatan siswa-siswi pada saat kegiatan minimal 50% dari jumlah siswa-siswi kelas XII di SMA Kalam Kudus Jayapura. Jumlah siswa-siswi kelas XII di SMA Kalam Kudus Jayapura yang mengikuti kegiatan yaitu 34 orang.

Kegiatan diawali dengan pembukaan yang meliputi perkenalan dan sosialisasi singkat tentang maksud dan tujuan dilakukan kegiatan pengukuran tekanan darah dan edukasi. Selanjutnya tim pengabdian menyampaikan arahan terkait alur pemeriksaan tekanan darah, agar terlaksana dengan tertib. Kegiatan pengukuran tekanan darah, dilakukan oleh tim pengabdian yang dilakukan mengacu pada langkah pemeriksaan yang direkomendasikan oleh *American Heart Association (AHA)*.

Tahap kegiatan selanjutnya yaitu tim pengabdian membagikan kuesioner *pre-test* dan alat tulis kepada semua siswa-siswi yang hadir. Kuesioner tersebut digunakan sebagai bahan evaluasi untuk menilai tingkat perubahan pengetahuan peserta tentang perilaku “CERDIK” sebagai upaya pencegahan prehipertensi sebelum dan sesudah kegiatan pemberian edukasi. Selanjutnya tim pengabdian memberikan arahan sekaligus memandu siswa-siswi terkait cara pengisian kuesioner *pre-test*. Peserta mengisi kuesioner dan setelah itu mengumpulkan kembali. Selanjutnya dilakukan kegiatan edukasi yakni berupa penyuluhan dengan bantuan media *power point*

kepada siswa-siswi, fasilitator memaparkan materi secara singkat dilakukan oleh Ibu Natalia Paskawati Adimuntja, S.KM., M.Kes. Setelah menyampaikan penyuluhan secara singkat dan terarah, fasilitator mempersilahkan peserta untuk bertanya, jika ada pesan informasi yang belum dipahami. Kemudian fasilitator membuat kesimpulan dan menutup penyuluhan. Kegiatan penutup meliputi tim pengabdian membagikan kuesioner post-test dan berdoa bersama peserta kemudian istirahat, seperti terlihat pada Gambar 1.



**Gambar 1.** Pelaksanaan kegiatan pengukuran tekanan darah dan pemberian edukasi pada peserta

## 1. Hasil Skrining Tekanan Darah

**Tabel 2.** Hasil Skrining Tekanan Darah

Data Hasil Pengukuran Tekanan Darah	Frekuensi	
	n=34	%
Tekanan Darah Normal (<120/<80 mmHg)	31	91.2
Pre Hipertensi (120/80-139/89 mmHg)	1	2.9
Hipertensi tingkat 1 (140/90-159/99 mmHg)	2	5.9

Sumber: Data primer, 2025

Berdasarkan Tabel 2 di atas dapat diketahui bahwa dari hasil kegiatan pengukuran tekanan darah terbanyak dengan kategori normal sebesar 31 orang (91,2%), responden yang berada pada kategori hipertensi tingkat 1 sebanyak 2 orang (5,9%) dan responden yang mengalami pre hipertensi ada 1 orang (2,9%).

## 2. Hasil Pre-Post Test Pengetahuan Responden

Setelah tahapan kegiatan edukasi dengan bantuan media power point, bahan evaluasi kegiatan yaitu dengan membagikan kuesioner post-test. Kuesioner post-test yang digunakan sama dengan kuesioner pre-test yang telah dibagikan sebelum intervensi dilakukan. Kuesioner pre dan post-test tersebut digunakan sebagai bahan evaluasi untuk melihat apakah terdapat perbedaan pengetahuan siswa-siswi kelas XII di SMA Kalam Kudus Jayapura sebelum dan sesudah edukasi. Kuesioner memuat pertanyaan tentang karakteristik siswa-siswi dan 5 pertanyaan tentang tujuan deteksi

dan pencegahan dini, serta perilaku “CERDIK” sebagai upaya pencegahan pre hipertensi. Berikut adalah hasil atau nilai kuesioner pre dan post-test yaitu, seperti terlihat pada Tabel 3.

**Tabel 3.** Distribusi Responden berdasarkan Butir-Butir Pernyataan Pengetahuan Responden tentang Pencegahan Pre Hipertensi Pada Remaja di Kota Jayapura

Pernyataan	Pres-test (%)		Post-test (%)	
	Salah	Benar	Salah	Benar
Tujuan penderita pre hipertensi perlu melakukan pencegahan lebih dini	20.6	79.4	0	100
Durasi minimal aktivitas fisik yang disarankan per minggu untuk mencegah hipertensi menurut <i>World Health Organization</i>	50.0	50.0	0	100
Makanan yang sebaiknya dikurangi untuk mencegah hipertensi	5.9	94.1	2.9	97.1
Kebiasaan yang dapat membantu menurunkan risiko hipertensi	2.9	97.1	0	100
Upaya-upaya yang dapat dilakukan dalam pencegahan hipertensi	2.9	97.1	2.9	97.1

Sumber: Data primer, 2025

Berdasarkan Tabel 2 di atas dapat diketahui bahwa, mayoritas remaja telah mengetahui kebiasaan yang dapat membantu menurunkan risiko hipertensi (persentase pre-test sebesar 97,1%), upaya yang dapat dilakukan dalam pencegahan hipertensi (persentase pre-test sebesar 97,1%) dan makanan yang sebaiknya dikurangi untuk mencegah hipertensi (persentase pre-test sebesar 94,1%). Namun masih remaja yang belum memahami tentang mengapa penderita pre hipertensi perlu melakukan pencegahan lebih dini (20,6%) dan berapa durasi minimal aktivitas fisik yang disarankan per minggu untuk mencegah hipertensi menurut rekomendasi *World Health Organization* (50,0%). Berikut hasil uji t berpasangan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi, seperti terlihat pada Tabel 4.

**Tabel 4.** Hasil Uji T Berpasangan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Intervensi

Pengetahuan	Mean	Min-Max	p-value
Pre-test	4.18	1-5	
Post-test	4.94	3-5	0.000*

Sumber: Data primer, 2025

Tabel 4 di atas menunjukkan bahwa, berdasarkan hasil uji bivariat menggunakan Uji T Berpasangan diperoleh nilai p-value  $0,000 < 0,05$  sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil uji tersebut menunjukkan bahwa edukasi menggunakan bantuan

media *power point* dapat meningkatkan pengetahuan remaja secara signifikan.

Berdasarkan kegiatan pengabdian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa kegiatan skrining dan edukasi perilaku “CERDIK” PTM telah memberikan gambaran dan pemahaman cara pencegahan prehipertensi. Hal ini terlihat dari peningkatan skor rata-rata pengetahuan siswa-siswi yang meningkat setelah pemberian intervensi. Diharapkan dari kegiatan pengabdian ini adalah adanya keterlibatan, koordinasi dan kerjasama yang baik antara pihak sekolah, akademisi, instansi kesehatan dan orang tua dalam mengendalikan faktor risiko penyakit tidak menular pada remaja.

#### D. SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa skrining dan edukasi perilaku “CERDIK” sebagai upaya pencegahan pre hipertensi melalui pemeriksaan tekanan darah dan penyuluhan. Pada kegiatan ini ditemukan yakni dari hasil kegiatan pengukuran tekanan darah terbanyak dengan kategori normal sebesar 31 orang (91,2%), responden yang berada pada kategori hipertensi tingkat 1 sebanyak 2 orang (5,9%) dan responden yang mengalami pre hipertensi ada 1 orang (2,9%). Sedangkan dari hasil kegiatan edukasi diketahui bahwa terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan peserta kegiatan edukasi pencegahan pre hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan edukasi. Peningkatan pemahaman anak terkait pencegahan pre hipertensi diharapkan mendorong kesadaran siswa-siswi akan pentingnya melakukan pemantauan kesehatan secara mandiri dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Selain itu, diharapkan juga dari kegiatan pengabdian ini adalah adanya keterlibatan, koordinasi dan kerjasama yang baik antara pihak sekolah, akademisi, instansi kesehatan dan orang tua dalam mengendalikan faktor risiko penyakit tidak menular di kalangan remaja.

Saran kepada pihak sekolah untuk dapat membuat agenda rutin terkait skrining dan edukasi kesehatan kepada siswa-siswi dengan tujuan meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa-siswi tentang pentingnya mencegah terjadinya penyakit dan bagaimana mengendalikan faktor risiko penyakit tidak menular. Serta perlu keterlibatan, koordinasi dan kerjasama yang baik antara pihak sekolah, akademisi, instansi kesehatan dan orang tua dalam mengendalikan faktor risiko penyakit tidak menular di kalangan remaja.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat (LPPM) dan FKM Universitas Cenderawasih yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik dan terima kasih atas penerimaan yang baik dari SMA Kalam Kudus Jayapura.

## DAFTAR RUJUKAN

- Adimuntja, N. P., Nabuasa, C. D., Asriati, A., Pamangin, L. O. M., Nurdin, M. A., & Maturbongs, M. R. (2025). Analisis Perilaku “CERDIK PTM” dengan Pendekatan Theory of Planned Behavior untuk Pencegahan Hipertensi pada Remaja di Kota Jayapura. *Jurnal kesehatan komunitas (Journal of community health)*, 11(2), 336-345.
- Aryani, N., Simanjuntak, E. Y., & Sipayung, N. P. (2024). Pemantauan Tekanan Darah Dan Faktor Resiko Serta Edukasi Penyakit Hipertensi Pada Mahasiswa Universitas Sari Mutiara Indonesia. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 5(1), 230–235.
- Ayu, I., Maharani, M., & Agustina, A. (2024). Penyuluhan DAGUSIBU dan Skrining penyakit Hipertensi dan Diabetes Melitus Pada Siswa MAN 1 KUKAR , Desa Kota Bangun Ulu , Kutai Kartanegara , Kalimantan Timur. *Journal of Human And Education*, 4(5), 391–397.
- Daniel, R. A., Haldar, P., Prasad, M., Kant, S., Krishnan, A., Gupta, S. K., & Kumar, R. (2020). Prevalence of hypertension among adolescents (10-19 years) in India: A systematic review and meta-analysis of crosssectional studies. *PLoS ONE*, 15(10 October), 1–21. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239929>
- Elsi Setiandari L.O. (2022). Hubungan Pengetahuan, Pekerjaan dan Genetik (riwayat hipertensi dalam keluarga) Terhadap Perilaku Pencegahan Penyakit Hipertensi. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(4), 457–462. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i4.2386>
- Firmansyah, R. S., & Aprilianti, V. (2023). Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan hipertensi pada mahasiswa keperawatan tingkat 1 di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan tahun 2023. *Journal of Nursing Practice and Education*, 4(1), 169–176. <https://doi.org/10.34305/jnpe.v4i1.856>
- Hakim, A. L., & Sari, A. (2023). Determinan Perilaku “CERDIK” dalam Pencegahan Hipertensi pada Wanita Usia Subur. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(04), 320–329. <https://doi.org/10.33221/jikm.v12i04.2243>
- Hardiman, R. M., & Siregar, F. M. (2022). Prevalensi dan Faktor Risiko Prehipertensi dan Hipertensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Riau. *Urnal Kedokteran Syiah Kuala*, 22(1), 16–24. <https://doi.org/10.24815/jks.v22i1.21257>
- Jatmi Wikandari, R., Budiharjo, T., Setyowatiningsih Jurusan Analis Kesehatan, L., Kemenkes Semarang, P., & Penulis korespondensi, I. (2024). SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan Edukasi dan pemantauan kesehatan terhadap faktor risiko Penyakit Tidak Menular (PTM) pada remaja. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 8(2), 1819–1827. [https://bit.ly/PostTes\\_PTMs-PKM-2024](https://bit.ly/PostTes_PTMs-PKM-2024).
- Kemenkes RI. (2019a). Laporan Provinsi PAPUA Riskesdas 2018. In *Badan Litbang Kesehatan*.
- Kemenkes RI. (2019b). *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*.
- Kemenkes RI. (2023a). *Prevalensi, Dampak, serta Upaya Pengendalian Hipertensi & Diabetes di Indonesia*.
- Kemenkes RI. (2023b). *SKI 2023 Dalam Angka*.
- Lenggogeni, D. P., Afriyanti, E., Gusty, R. P., Oktarina, E., Muliantino, M. R., Krisdianto, B. F., & Rahman, D. (2025). Pemeriksaan kesehatan sebagai upaya deteksi hipertensi pada remaja. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 9(1), 1–2.
- Mariana, F., Yuliantie, P., Putri, F. A., Halfa, H., Cantika, C., Rizqi, M. C., Mahrita, M., Hidayah, N., Marifah, N., Wati, N. R. I., Saputri, O., Indah, P., & Selviana, S. (2024). Edukasi Kesehatan Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Hipertensi dengan Gaya Hidup Sehat di Desa Sungai Bakung. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Wadah Publikasi Cendekia*, 1(2), 39–43.

- <https://doi.org/10.63004/jpmwpc.v1i2.415>
- Mohan, B., Verma, A., Singh, K., Singh, K., Sharma, S., Bansal, R., Tandon, R., Goyal, A., Singh, B., Chhabra, S. T., Aslam, N., Wander, G. S., Roy, A., & Prabhakaran, D. (2019). Prevalence of sustained hypertension and obesity among urban and rural adolescents: A school-based, cross-sectional study in North India. *BMJ Open*, 9(9), 1–9. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-027134>
- Novendy, N., Christy, S., Devina, V., & Alexander, D. (2022). Skrining Faktor Risiko Penyakit Hipertensi. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 5(1), 95–103. <https://doi.org/10.24912/jbmi.v5i1.18212>
- Putri, M. E., Kurniati, S. R., Agustiar, E., & IbnuSina, C. (2024). PKM Pendidikan Kesehatan Diet Dash Terhadap Hipertensi pada Remaja PKM Dash Diet Health Education Against Hypertension in Adolescents. *NuCSJo: Nusantara Community Service Journal*, 2, 69–73.
- Roiefah, A. L., & Pertiwi, Kartika Dian, Y. S. (2021). Hubungan Tingkat Literasi Kesehatan dengan Perilaku Pencegahan PTM pada Remaja di Kabupaten Semarang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 8(1), 167–178. <https://jurnal.unw.ac.id/index.php/PJ/article/download/1258/pdf/7757>
- Sabbu, H. P., Solikhah, L. S., & Masfufah, M. (2024). Hubungan Konsumsi Makanan Tinggi Natrium, Sikap, dan IMT dengan Kejadian Prehipertensi pada Mahasiswa. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 8(1), 60–67. <https://doi.org/10.22487/ghidza.v8i1.1177>
- Setiana, N. R., Istiana, N., Saputri, R. K., Kiswati, T., Anam, R. S., Rohmatullah, M. S., Sholeh, M., & Septiana, Y. (2022). Upaya Pencegahan Hipertensi Remaja melalui Pendidikan Kesehatan dan Pemeriksaan Faktor Risiko Hipertensi di Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri. *Prosiding Seminar Nasional Pemberdayaan Masyarakat (SENDAMAS)*, 2(1), 71. <https://doi.org/10.36722/psn.v2i1.1571>
- Sudikno, S., Mubasyiroh, R., Rachmalina, R., Arfines, P. P., & Puspita, T. (2023). Prevalence and associated factors for prehypertension and hypertension among Indonesian adolescents: a cross-sectional community survey. *BMJ Open*, 13(3), 1–13. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-065056>
- Untari, U., Etnis, B. R., & Permata, R. (2022). Screening dan Penyuluhan Risiko Hipertensi pada Remaja Siswa SMA Averos Kota Sorong. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 2(3), 947–952. <https://doi.org/10.54082/jamsi.322>
- World Health Federation. (2023). *World Heart Report 2023: Confronting the World's Number One Killer*.
- World Health Organization. (2023a). *First WHO report details devastating impact of hypertension and ways to stop it*.
- World Health Organization. (2023b). *Hypertension*.