

## Peningkatan pengetahuan tentang pencegahan hipertensi melalui edukasi kesehatan pada kelompok ibu arisan di Perum Korpri UPN Purwomartani Kabupaten Sleman

Nurlathifah Syifaun Qalbi, Bernadet Putri Anjali, Hidayat, Putrianda Srimentari R. M. Meha, Alfina Himatun Ulya, Arlin Rambu Muraguna, Pratiwi Wijayanti, Dessi Natalya, Bernadina Novita Ra'o, Fitri Mulyani, Rodiyah Soekardi, Yelli Yani Rusyani, Jati Untari

Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Yogyakarta, Indonesia

Penulis korespondensi : Jati Untari

E-mail : jatiuntari@respati.ac.id

Diterima: 07 April 2026 | Direvisi: 22 Juni 2026 | Disetujui: 22 Juni 2026 | Online: 30 Juni 2026

© Penulis 2026

### Abstrak

Jumlah estimasi penderita hipertensi tertinggi di Kabupaten Sleman pada tahun 2025 terdapat di Kecamatan Kalasan sebesar 4.217 orang dan sebanyak 2.141 orang merupakan penderita perempuan. Perum Korpri UPN Kalurahan Purwomartani Kabupaten Sleman termasuk dalam wilayah kerja Puskesmas Kalasan yang memiliki kelompok ibu-ibu arisan yang dilakukan rutin setiap bulan. Kelompok tersebut merupakan sasaran potensial untuk kegiatan promosi kesehatan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan hipertensi pada kelompok ibu arisan. Sasaran dalam kegiatan ini adalah ibu rumah tangga yang merupakan kelompok potensial yang berusia 32 hingga 65 tahun yang berjumlah 22 orang. Pengabdian masyarakat ini menggunakan metode ceramah dan evaluasi yang menggunakan pre-test dan post-test yang diberikan kepada peserta sebelum dan sesudah penyampaian materi. Analisis yang digunakan yaitu uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk membandingkan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Hasil secara statistik, terjadi peningkatan pengetahuan peserta berkategori baik sebesar 22,7% dan diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,009, artinya terjadi peningkatan pengetahuan peserta yang signifikan. Kesimpulannya bahwa kegiatan ini secara efektif dapat meningkatkan pengetahuan peserta tentang pencegahan hipertensi.

Kelompok usia yang paling banyak menderita hipertensi di Indonesia berada pada rentang usia 45-54 tahun dengan jumlah 40.202 penderita. Data kasus hipertensi Kabupaten Sleman tahun 2026 sebesar 51,822 orang menderita hipertensi. Data Puskesmas Ngemplak I dan Ngemplak II jumlah penderita hipertensi pada tahun 2024 mencapai 3.902 orang dan 3.364 orang yang menjadikan hipertensi sebagai gangguan kesehatan paling banyak di daerah tersebut. Kegiatan edukasi dilaksanakan di Perum Korpri UPN Kalurahan Purwomartani, Kalasan, Kabupaten Sleman. Sasaran dalam kegiatan ini adalah ibu rumah tangga berusia 32 hingga 65 tahun yang berjumlah 22 orang. Metode edukasi yang digunakan adalah metode ceramah dan instrument penelitian berupa kuesioner *pre-test* dan *post-test*. Pengabdian ini bertujuan untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu analisis kuantitatif dan uji *Wilcoxon*. Hasil secara statistik, terjadi peningkatan pengetahuan peserta berkategori baik sebesar 22,7% dan diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,009, artinya terjadi peningkatan pengetahuan peserta yang signifikan terhadap edukasi.

**Kata kunci:** edukasi; pencegahan hipertensi; kelompok ibu arisan.

### Abstract

The highest estimated number of hypertension sufferers in Sleman Regency in 2025 is in Kalasan District, with 4,217 people, of which 2,141 are women. The Korpri UPN Housing Complex in Purwomartani Village, Sleman Regency, is within the Kalasan Health Center's working area, which has a monthly

women's social gathering (arisan) group. This group is a potential target for health promotion activities. This activity aims to increase knowledge about hypertension prevention among the women's social gathering group. The target group is 22 housewives, a potential group aged 32 to 65 years old. This community service uses a lecture and evaluation method using a pre-test and post-test given to participants before and after the presentation of the material. The analysis used the Wilcoxon Signed Rank Test to compare participants' knowledge before and after the intervention. Statistically, there was an increase in participants' knowledge in the good category of 22.7% and a p-value of 0.009 was obtained, meaning there was a significant increase in participants' knowledge. The conclusion is that this activity can effectively increase participants' knowledge about hypertension prevention.

**Keywords:** education; hypertension prevention; mothers' social gathering group.

## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu jenis dari Penyakit Tidak Menular (PTM) yang perlu diwaspadai karena penyakit ini sering muncul tanpa gejala yang jelas. Menurut *World Health Organization* (WHO), hipertensi didefinisikan sebagai kondisi ketika tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg atau tekanan darah diastolik  $\geq 90$  mmHg, kondisi ini dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, dan berbagai masalah kesehatan lainnya.(WHO, 2025). Hipertensi yang dikenal sebagai “*Silent Killer*” terjadi ketika tekanan darah di pembuluh arteri lebih tinggi dari tekanan darah normal.(Ernawati et al., 2020)

Hipertensi dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor yang dapat diubah dan faktor yang tidak bisa diubah. Faktor yang tidak dapat diubah meliputi jenis kelamin, usia, dan faktor genetik. Sementara itu, faktor yang dapat diubah meliputi kebiasaan jarang berolahraga, pola makan, gaya hidup, dan lainnya. (Hutagulung, 2021) Orang dengan kebiasaan (*life style*) jarang berolahraga dan pola makan yang tidak sehat, seperti sering mengonsumsi makanan mengandung lemak, natrium kalium yang tinggi, dan memiliki kebiasaan merokok, mengonsumsi alkohol dan kopi, serta stress akan berdampak pada perilaku seseorang dalam mengendalikan kesehatan fisik, psikis, lingkungan, sosial, budaya, dan ekonomi.(Lakoro et al., 2023)

Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa dari hasil pengukuran kepada 590.985 responden diperkirakan sebanyak 174.908 responden menderita hipertensi.(BKPK Kementerian Kesehatan RI, 2023) Artinya dari total responden yang diperiksa, sebanyak 29,6% responden teridentifikasi hipertensi. Hasil pengukuran tersebut dilakukan berdasarkan kelompok usia, menunjukkan bahwa kelompok usia yang paling banyak menderita hipertensi adalah di rentang usia 45-54 tahun dengan jumlah 40.202 penderita.

Data kasus hipertensi di kabupaten Sleman tahun 2026 menunjukkan bahwa sebesar 51,822 orang di kabupaten Sleman mengalami hipertensi. dengan total 24% pasien berhasil mengendalikan tekanan darah, sebanyak 16% pasien tidak dapat mengendalikan tekanan darah, dan sebanyak 59% dari total penderita belum melakukan pemeriksaan kembali di tahun 2026 (Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman, 2026). Selain itu berdasarkan data yang ada jumlah penderita hipertensi di Puskesmas Ngemplak 1 berjumlah 3.902 kasus di tahun 2024, dan jumlah penderita hipertensi di Puskesmas Ngemplak II berjumlah 3.364 kasus. Jumlah kasus pada kedua puskesmas tersebut menjadikan kasus hipertensi sebagai peringkat pertama gangguan kesehatan di Puskesmas Ngemplak I dan Puskesmas Ngemplak II.

Data kasus hipertensi di Kabupaten Sleman tahun 2026 menunjukkan bahwa sebesar 51,822 orang di kabupaten Sleman mengalami hipertensi. dengan total 24% pasien berhasil mengendalikan tekanan darah, sebanyak 16% pasien tidak dapat mengendalikan tekanan darah, dan sebanyak 59% dari total penderita belum melakukan pemeriksaan kembali di tahun 2026.(Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman, 2026) Selain itu, data Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman tahun 2024 menunjukkan bahwa Puskesmas Kalasan merupakan puskesmas dengan jumlah kasus hipertensi di Kabupaten sleman yaitu mencapai 4.217 kasus. Mayoritas penderita merupakan perempuan sebanyak 2.141 kasus.(Dinas

Peningkatan pengetahuan tentang pencegahan hipertensi melalui edukasi kesehatan pada kelompok ibu arisan di Perum Korpri UPN Purwomartani Kabupaten Sleman

Kesehatan Kabupaten Sleman, 2025) Hal ini mengindikasikan bahwa perempuan dewasa memiliki kerentanan yang lebih tinggi terhadap hipertensi. Ibu-ibu yang tergabung dalam kelompok arisan rutin menjadi sasaran potensial dalam kegiatan promosi kesehatan karena memiliki keterikatan sosial yang sangat kuat, dan ibu merupakan pengambil keputusan kuat dalam keluarga terutama dalam pengambilan keputusan kesehatan. Selain itu, ibu data Kelompok ibu arisan di Perum Korpri UPN termasuk dalam wilayah kerja Puskesmas Kalasan.

Berdasarkan uraian latar belakang, maka pengabdian melakukan kegiatan promotif dan preventif dalam bentuk edukasi kesehatan pada ibu-ibu sebagai upaya meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan hipertensi di kelompok arisan di Perum Korpri UPN Purwomartani. melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul “Edukasi Pencegahan Hipertensi pada Kelompok Ibu Arisan di Perum Korpri UPN Purwomartani” yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan Kelompok Ibu Arisan terkait hipertensi.

## METODE

Kegiatan promotif preventif dalam bentuk edukasi kesehatan tentang pencegahan hipertensi ini dilaksanakan pada hari Rabu, 28 Januari 2026 di Perum Korpri UPN Purwomartani Kecamatan Kalasan Kabupaten Sleman. Kegiatan ini dilakukan dengan beberapa pendekatan yaitu: Kegiatan edukasi dilaksanakan di Perum Korpri UPN Purwomartani yang terletak di Kalurahan Purwomartani, Sleman, Daerah istimewa Yogyakarta. Kegiatan edukasi dilakukan dengan beberapa pendekatan yaitu:

1. Analisis situasi  
Analisis situasi ini merupakan tahap awal dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, dilakukan untuk mengidentifikasi dan memahami kondisi, kebutuhan, serta karakteristik sasaran sebelum pelaksanaan kegiatan.
2. Ceramah  
Kegiatan ceramah ini merupakan bentuk transfer pengetahuan yang dilakukan dengan tujuan untuk memberikan peningkatan pengetahuan, pemahaman, dan kesadaran peserta mengenai tanda, gejala, dan pencegahan hipertensi.
3. Tanya jawab  
Kegiatan diskusi dan tanya jawab yang diberikan kepada peserta selama proses edukasi. Proses tanya jawab bertujuan untuk lebih meningkatkan pemahaman dan pengetahuan peserta mengenai pencegahan hipertensi.
4. *Pre-test* dan *post-test*  
Pelaksanaan dan pengumpulan hasil pre test dilakukan sebelum kegiatan edukasi dilaksanakan, dilanjutkan dengan penyampaian materi dan sesi tanya jawab. Kegiatan diakhiri dengan pemberian post test dengan menggunakan pertanyaan yang sama dengan pertanyaan pre test.

Sasaran kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah kelompok ibu arisan yang berjumlah 22 orang. Data yang diperoleh melalui pengisian kuesioner pre-test dan post-test oleh peserta selanjutnya akan dianalisis normalitas datanya. Dan diolah menggunakan uji *Wilcoxon Signed-Rank Test* (data berdistribusi tidak normal) untuk mengetahui perbedaan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah diberikan edukasi terkait hipertensi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahapan kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali dengan melakukan analisis situasi untuk mengidentifikasi kebutuhan kelompok sasaran dan topik edukasi yang sesuai. Analisis situasi dilakukan pada kelompok ibu-ibu arisan di Perum Korpri UPN Purwomartani yang terletak di Kalurahan Purwomartani, Kabupaten Sleman DI Yogyakarta. Hasil analisis menunjukkan perlunya peningkatan pengetahuan tentang hipertensi berdasarkan tingginya prevalensi hipertensi di Puskesmas Kalasan pada kelompok ibu. Berdasarkan hal tersebut maka ditetapkan pentingnya melakukan kegiatan peningkatan pengetahuan melalui edukasi kesehatan pada pengabdian masyarakat.

Peningkatan pengetahuan tentang pencegahan hipertensi melalui edukasi kesehatan pada kelompok ibu arisan di Perum Korpri UPN Purwomartani Kabupaten Sleman

Tahap selanjutnya adalah perencanaan program yang meliputi penyusunan satuan acara penyuluhan (SAP), pembuatan materi edukasi, penyusunan kuesioner pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta, serta mempersiapkan alat dan bahan pendukung lainnya. Kegiatan dilaksanakan pada hari Rabu, 28 Januari 2026 dan diikuti oleh 22 peserta yang merupakan anggota kelompok arisan ibu-ibu Perum Korpri UPN Kalurahan Purwomartani, Kabupaten Sleman, Daerah istimewa Yogyakarta.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah, tanya jawa, serta evaluasi edukasi pengetahuan hipertensi melalui kuesioner pre-test dan post-test. Pelaksanaan diawali dengan pembukaan dan penyampaian tujuan edukasi, dilanjutkan dengan pembagian kuesioner pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal peserta mengenai hipertensi. Setelah kuesioner pre-test terkumpul dilanjutkan dengan penyampaian materi mengenai pengertian hipertensi, faktor risiko, tanda dan gejala hipertensi, komplikasi serta upaya pencegahan hipertensi melalui penerapan gaya hidup sehat. Selama materi peserta diberikan kesempatan untuk diskusi dan mengajukan pertanyaan melalui sesi tanya jawab.

Pada akhir kegiatan, peserta diberikan kesempatan untuk mengisi kuesioner post-test sebagai evaluasi untuk mengetahui perubahan/peningkatan pengetahuan setelah mendapatkan edukasi. Seluruh kuesioner post-test dikumpulkan untuk dilakukan analisis. Kegiatan ditutup dengan dengan penyampaian kesimpulan, ucapan terimakasih kepada peserta serta sesi foto bersama sebagai dokumentasi kegiatan.



**Gambar 1** kegiatan pengisian *pre-test*, dan proses jalannya diskusi selama proses edukasi

Kalurahan Purwomartani merupakan salah satu wilayah yang terletak sekitar 14 km dari Ibu Kota Provinsi yang memiliki luas mencapai 1.205 hektar. Secara administratif, kalurahan Purwomartani memiliki empat batas wilayah yaitu, batas wilayah utara merupakan Kalurahan Selomartani, Kapenewon Kalasan, sebelah selatan merupakan Kalurahan Tegaltirto Kapenewon Berbah, sebelah barat merupakan Kalurahan Magowoharjo Kapenewon Depok, Kalurahan Wedomoartani, dan Kapenewon Ngemplak, sebelah timur merupakan Kalurahan Tirtomartani Kapenewon Kalasan. Kalurahan Purwomartani memiliki lahan yang subur dan memiliki iklim tropis, maka sebagian besar penduduk di kalurahan Purwomartani bekerja sebagai Petani(Kalurahan Purwomartani, 2026) (Kalurahan Purwomartani, 2026). Sementara itu, Perum Korpri UPN merupakan sebuah perumahan yang termasuk dalam Kawasan administratif Kalurahan Purwomartani, Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Perumahan ini ditempati oleh pendatang dari berbagai daerah sehingga variatif namun mampu beradaptasi dengan lingkungan setempat. (Soekardi & Marlinawati, 2018) Bentuk kelompok masyarakat yang aktif di perumahan tersebut merupakan perkumpulan arisan ibu rumah tangga yang dilakukan setiap sebulan sekali.

Berikut gambaran karakteristik peserta dalam edukasi Hipertensi pada Kelompok Ibu Arisan di Perum Korpri UPN Kalurahan Purwomartani ,Kecamatan Kalasan, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

Peningkatan pengetahuan tentang pencegahan hipertensi melalui edukasi kesehatan pada kelompok ibu arisan di Perum Korpri UPN Purwomartani Kabupaten Sleman

**Table 1.** Karakteristik Peserta Edukasi Hipertensi di Perum Korpri UPN Purwomartani Berdasarkan Usia

Usia Peserta	N	%
32-59 th	21	95,7
60-65 th	1	4,3
Total	22	100

Berdasarkan tabel 1 diperoleh bahwa peserta termuda berusia 32 tahun dan tertua berusia 64 tahun. Sebagian besar peserta (95.7%) merupakan kelompok ibu usia dewasa dan hanya 1% responden yang berada pada kelompok lansia. Berdasarkan hal tersebut, diketahui bahwa peserta dalam kegiatan didominasi oleh masyarakat usia produktif. Hal ini juga mendukung pencegahan Hipertensi melalui edukasi pada wanita usia dewasa, meskipun kejadian hipertensi lebih tinggi ditemukan pada usia lansia (Nurhidayati et al., 2018). Keterlibatan peserta dalam kegiatan edukasi dapat didukung oleh adanya dorongan individu untuk proaktif dalam memperhatikan kesehatannya (Rahman et al., 2021). Faktor lain, seperti dukungan keluarga dan sosial juga berperan dalam meningkatkan partisipasi masyarakat untuk mengikuti program kesehatan. Hal ini sejalan dengan penelitian lain bahwa motivasi peserta dalam mengikuti program kesehatan dimotivasi oleh dukungan keluarga (Yuniarti et al., 2021) Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Yuniarti et al. (2021) bahwa motivasi peserta dalam mengikuti program kesehatan dimotivasi oleh dukungan keluarga (Yuniarti, Fardiansyah, Putri, 2021).

**Table 2** Gambaran Tingkat Pengetahuan Peserta Edukasi Hipertensi di Perum Korpri UPN Purwomartani

Tingkat Pengetahuan	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	N	%	N	%
Kurang	1	4,5	0	0
Cukup	4	18,1	0	0
Baik	17	77,3	22	100
<b>Total</b>	<b>22</b>	<b>100</b>	<b>22</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 diperoleh bahwa tingkat pengetahuan peserta tentang hipertensi mengalami peningkatan setelah diberi edukasi. Pada pre-test sebagian besar peserta memiliki pengetahuan baik sebesar yang ditunjukkan dengan meningkatnya peserta dengan pengetahuan baik sebesar 17 (77,3%) sedangkan 4 (18,1%) berada pada kategori cukup dan 1 (4,5%) pada kategori kurang. Setelah edukasi seluruh peserta berpengetahuan baik 22 (100%) dan tidak ditemukan lagi peserta dengan kategori cukup maupun kurang. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta tentang hipertensi. Pengetahuan merupakan fondasi awal yang penting dalam mengubah perilaku kesehatan di masyarakat. Hal ini sejalan dengan teori yang ada bahwa terdapat tiga domain yang membentuk perilaku kesehatan, yaitu pengetahuan (kognitif), sikap (ranah afektif), dan perilaku (psikomotor). (Rachmawati, 2019)

Besar sampel dalam penelitian ini di bawah 200 maka uji normalitas data yang digunakan adalah uji *Shapiro-Wilk* dengan hasil *Sig.* 0,003 pada *pre-test*, lebih kecil dari nilai signifikan 0,05 sehingga data dikatakan tidak terdistribusi normal begitupun dengan hasil uji normalitas data *post-test* didapatkan nilai *Sig.* 0,003 lebih kecil dari nilai signifikan 0,05 sehingga data dikatakan tidak terdistribusi normal (Tabel 4).

Berdasarkan hasil normalitas data di atas maka uji non parametrik yang digunakan untuk menilai perbedaan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah pemberian edukasi adalah uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Uji *Wilcoxon* merupakan uji beda atau komparatif berpasangan. Uji ini digunakan untuk menentukan ada tidaknya perbedaan rerata peringkat data antara dua sampel yang saling berhubungan atau dependen. Jika data salah satu atau kedua data tidak terdistribusi normal maka sebagai alternatifnya menggunakan uji *Wilcoxon* atau *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Peningkatan pengetahuan tentang pencegahan hipertensi melalui edukasi kesehatan pada kelompok ibu arisan di Perum Korpri UPN Purwomartani Kabupaten Sleman

Tahap selanjutnya uji normalitas data dilakukan dengan menggunakan uji *Shapiro-Wilk* dengan hasil *Sig.* 0,003 pada *pre-test*, lebih kecil dari nilai signifikan 0,05 sehingga data dikatakan tidak terdistribusi normal begitupun dengan hasil uji normalitas data *post-test* didapatkan nilai *Sig.* 0,003 lebih kecil dari nilai signifikan 0,05 sehingga data dikatakan tidak terdistribusi normal.

Berdasarkan hasil normalitas data di atas maka uji non parametrik yang digunakan untuk menilai perbedaan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah pemberian edukasi adalah uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Uji *Wilcoxon* merupakan uji beda atau komparatif berpasangan. Uji ini digunakan untuk menentukan ada tidaknya perbedaan rerata peringkat data antara dua sampel yang saling berhubungan atau dependen. Jika data salah satu atau kedua data tidak terdistribusi normal maka sebagai alternatifnya menggunakan uji *Wilcoxon* atau *Wilcoxon Signed Rank Test*. (Sumardiyono et al., 2020)

**Table 3** Hasil Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* Terhadap Hasil Skor Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Edukasi Hipertensi di Perum Korpri UPN Purwomartani

Edukasi	Data	Median (Minimum-Maksimum)	Selisih	<i>p</i>
Pengetahuan tentang hipertensi	Pre-test	87.00 (53-100)	6.00	0.009
	Post-test	93.00 (80-100)		

Berdasarkan tabel 3 diketahui pengetahuan peserta sebelum dilakukan edukasi hipertensi adalah 87,00 (53-100), sedangkan setelah edukasi terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 93,00 (80-100) dengan peningkatan median sebesar 6 poin atau sekitar 6,9% setelah intervensi edukasi diberikan. Peningkatan berbagai *central tendency* tersebut menunjukkan bahwa terjadi peningkatan nilai secara keseluruhan dari peserta. Informasi lebih lanjut mengenai tingkat pengetahuan peserta secara terperinci dimuat dalam Tabel 3, sebagai berikut:

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon*, diperoleh nilai *p* sebesar 0,009 (< 0,05) yang artinya pemberian edukasi Hipertensi signifikan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan peserta. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa edukasi hipertensi dapat meningkatkan pengetahuan peserta dengan rentang usia serupa. (Fauziah et al., 2025) Sejalan dengan teori bahwa semakin meningkatnya usia, eksplorasi atau tingkat pengalaman seseorang akan bertambah, demikian pengetahuan seseorang juga akan bertambah (Notoadmodjo, 2014). Adanya peningkatan kasus hipertensi mendorong masyarakat untuk melakukan diskusi saat berkumpul maupun melalui daring sehingga hal tersebut dapat menamban pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi.

Pemberian edukasi menjadi langkah awal dalam promosi kesehatan dalam mengubah perilaku guna meningkatkan kesehatan masyarakat (Nurmala et al., 2018). Pemberian edukasi melalui metode ceramah merupakan metode yang sesuai dengan sasaran edukasi berupa kelompok sehingga mendukung peningkatan pengetahuan peserta (Wahyuni, 2023). Metode ceramah dipilih sebagai metode penyampaian pesan dalam kelompok arisan ibu - ibu karena metode ini praktis dan sangat hemat waktu dibandingkan dengan metode penyampaian pesan lainnya. Selain itu, dalam waktu yang terbatas, metode ceramah dapat memberikan informasi yang informatif (Wulandari, 2022). Pelaksanaan arisan hanya membutuhkan waktu singkat dan dilakukan secara rutin sehingga metode ceramah dipilih sebagai metode edukasi. Pemilihan media edukasi utama, berupa slide presentasi dapat mempermudah peserta dalam memahami penjelasan yang disampaikan dalam edukasi. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa penyuluhan menggunakan metode ceramah dan slide presentasi efektif (*p-value*= 0,05) dalam meningkatkan pengetahuan (Kristin et al., 2024).

Penelitian yang sejalan menunjukkan bahwa program edukasi kesehatan berbasis komunitas mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan PTM dan mendorong partisipasi masyarakat dalam mengontrol kesehatan secara rutin (Wicaksono, 2023). Melihat jumlah kasus hipertensi yang mengalami peningkatan, bahkan menjadi kasus penyakit tertinggi di beberapa fasilitas pelayanan kesehatan memunculkan rasa ingin tahu masyarakat sehingga memicu pencarian

Peningkatan pengetahuan tentang pencegahan hipertensi melalui edukasi kesehatan pada kelompok ibu arisan di Perum Korpri UPN Purwomartani Kabupaten Sleman

informasi kesehatan secara mandiri untuk menambah pengetahuan dan mengubah gaya hidup. Saat pemberian edukasi oleh mahasiswa kesehatan masyarakat (penyuluh), peserta aktif berpartisipasi yang ditunjukkan dengan aktif mendengarkan, mengajukan pertanyaan, sehingga peserta dapat meningkatkan pengetahuannya.



**Gambar 1** Poster dalam bentuk banner kegiatan edukasi pencegahan hipertensi

Dalam kegiatan pemberian edukasi di Perum Korpri UPN mahasiswa sebagai penyuluh juga memberikan media berupa poster yang berisi cara pencegahan hipertensi yang bermanfaat untuk mengingatkan masyarakat agar megupayakan kesehatan terutama upaya pencegahan hipertensi secara berkelanjutan sehingga pengetahuan dan perilaku masyarakat dapat semakin baik. Selanjutnya, banner diletakkan di pendopo agar mudah dijangkau oleh masyarakat. Melalui pemberian edukasi Hipertensi kepada kelompok ibu arisan diharapkan dapat menjadi *agent of change* dalam keluarga terkait dengan upaya pencegahan hipertensi. Pemberian dan pelatikan poster di titik lokasi strategis ini bertujuan sebagai sumber pengingat para warga tentang hipertensi. Hal tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya tentang pengaruh penyuluhan dengan media poster yang mampu meningkatkan pengetahuan tentang penyakit hipertensi di Dusun Jobohan Yogyakarta. (Nuraisyah & Azizah, 2023)

Dalam kegiatan pemberian edukasi, peserta tampak aktif berpartisipasi dalam kegiatan, terbukti dengan terpenuhinya jumlah peserta yang bertanya selama proses pemberian edukasi. Dalam sesi diskusi dengan peserta diberikan beberapa saran terkait dengan pencegahan dan pengelolaan penyakit hipertensi, yaitu pada penyakit hipertensi penting memperhatikan pola makan dan pola hidup yang meliputi konsumsi garam, alkohol, makanan cepat saji, aktivitas fisik dan olahraga, kebiasaan merokok atau terdapat anggota keluarga yang merokok. Dan tidak kalah pentingnya untuk selalu rutin melakukan pemeriksaan ke pelayanan kesehatan. Sebaiknya, penggunaan obat tidak sembarangan tetapi harus melalui konsultasi dengan dokter untuk disesuaikan dengan kebutuhan tubuh individu. Pertanyaan yang diajukan oleh para peserta berkaitan dengan pola konsumsi dan penggunaan obat-obatan. Pertanyaan – pertanyaan tersebut dapat timbul akibat pengalaman bagi individu yang sudah pernah mengalami hipertensi hingga individu yang belum pernah mengalaminya, tetapi sudah lazim mendengar terkait hipertensi sehingga memicu rasa ingin tahu terhadap topik tersebut.

## SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk edukasi hipertensi dengan sasaran kelompok ibu arisan di Perum Korpri UPN berdasarkan hasil oleh data dapat disimpulkan bahwa

Peningkatan pengetahuan tentang pencegahan hipertensi melalui edukasi kesehatan pada kelompok ibu arisan di Perum Korpri UPN Purwomartani Kabupaten Sleman

kegiatan ini cukup efektif dan dikategorikan berhasil mencapai tujuan utama, yaitu meningkatkan pengetahuan mengenai pencegahan hipertensi sebesar 6,9% setelah dilakukan edukasi hipertensi.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis dan tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Universitas Respati Yogyakarta yang telah memberi dukungan financial terhadap pengabdian ini. Terima kasih juga kepada pihak mitra ibu-ibu arisan di Perum Korpri UPN Purwomartani Kabupaten Sleman Yogyakarta yang telah bersedia meluangkan waktu untuk menjadi peserta dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

## DAFTAR RUJUKAN

- BKPK Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Dalam Angka: Data Akurat Kebijakan Tepat*.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman. (2025). *Profil Kesehatan Kabupaten Sleman Tahun 2025*. Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman. <https://dinkes.slemankab.go.id/informasi-berkala/>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman. (2026). *Luaran Perawatan Hipertensi*.
- Ernawati, I. ., Fandinata, S. S., & Permatasari, S. N. (2020). *Kepatuhan Konsumsi Obat Pasien Hipertensi, Pengukuran dan Cara Meningkatkan Pengetahuan*. Graniti.
- Fauziah, S. A., Arina, S., Karina, M. P., & Rilo, C. M. (2025). Penyuluhan Upaya Pencegahan Penyakit Hipertensi pada Ibu PKK di Desa Dukunanyar. *Indonesian Journal of Community Dedication in Health (IJDCH)*, 5(2), 41–45.
- Hutagulung, S. (2021). *Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Stroke dan Tentang Hipertensi sebagai Faktor Risiko Stroke*. Nusamedia.
- Kalurahan Purwomartani. (2026). *Gambaran Umum Kalurahan Purwomartani*.
- Kristin, J., Kahtan, M. I., & Irsan, A. (2024). Efektifitas Penyuluhan Metode Ceramah dengan Powerpoint terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Personal Hygiene. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 11(7), 1272–1278.
- Lakoro, A., Handian, F. I., & Susanti, N. (2023). Pengaruh Gaya Hidup Terhadap Kejadian Hipertensi pada Pralansia di Puskesmas Bualemo. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 12(1), 15–25.
- Notoadmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta.
- Nuraisyah, F., & Azizah, E. N. (2023). Pengaruh Penyuluhan melalui Media Poster terhadap Peningkatan Pengetahuan tentang Penyakit Hipertensi di Dusun Jobohan. *BAKTI: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 55–59. <https://doi.org/https://doi.org/10.51135/baktivol3iss1pp55-59>
- Nurhidayati, I., Aniswari, A. Y., Sulistyowati, A. D., & Sutaryono, S. (2018). Penderita Hipertensi Dewasa Lebih Patuh Daripada Lansia dalam Minum Obat Penurun Tekanan Darah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 13(2), 1–5.
- Nurmala, I., Adi, I., Fauzie, N., Neka, E., & Nur, L. (2018). *Promosi Kesehatan*. Airlangga University Press.
- Rachmawati, W. C. (2019). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Wineka Media.
- Rahman, H., Ramli, Patilaiya, H. L., Djafar, M. H., & Musiana. (2021). Promosi Kesehatan untuk Meningkatkan Peran Aktif Masyarakat dalam Pencegahan Penyakit Tidak Menular. *BAKTI: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 1–11. <https://doi.org/https://doi.org/10.51135/baktivol1iss1pp1-11>
- Soekardi, R., & Marlinawati, U. (2018). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Tentang HIV-AIDS Pada Ibu Rumah Tangga Peserta Arisan di Perum Korpri UPN Sambiroto Purwomartani Sleman Yogyakarta 2017. *Jurnal Medika Respati*, 13(1), 8–15.
- Sumardiyono, Probandari, A. N., & Widyaningsih, V. (2020). *Statistik Dasar Untuk Kesehatan dan Kedokteran: Analisis Menggunakan SPSS 23 (Pertama)*. UNS Press.
- Wahyuni, N. T. (2023). *Modul Ajar Promosi Kesehatan*. LP2M Universitas IPWIJA.
- WHO. (2025). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Wicaksono, U., Prayogo, D., Sadu, B., Gunawati, F., & Elizabet. (2023). Penguatan Kesadaran Pelajar SMA Terhadap Risiko Keluhan Muskuloskeletal dengan Perilaku Rajin Latihan Fisik melalui

Peningkatan pengetahuan tentang pencegahan hipertensi melalui edukasi kesehatan pada kelompok ibu arisan di Perum Korpri UPN Purwomartani Kabupaten Sleman

- 
- Prinsip Nilai Paulinian. *SWARNA Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(7), 792–798.
- Wulandari, D. (2022). Metode Pembelajaran Dalam Meningkatkan Keaktifan Belajar. *Jurnal Aksioma Ad-Diniyyah*, 10(1), 73–82.
- Yuniarti, A. M., Fardiansyah, A., & Putri, S. W. (2021). Motivasi dan Dukungan Keluarga dengan Keaktifan Masyarakat Mengikuti Program Posbindu PTM. *Jurnal IJPN*, 2(1), 22–27.