

Peningkatan Pengetahuan Remaja tentang Hipertensi Usia Dini Melalui Edukasi Kesehatan Menggunakan Media Leaflet di SMK Kesehatan Fahd Islamic School, Kabupaten Bekasi, Jawa Barat

Linawaty Tursina¹, Alyta Listy Intani², Della Syahla Aqilah Priatna³, Ernawati Kurniasih⁴, Indra Hajah Mushofa⁵, Taufik Hidayat⁶, Saeful Amin⁷, Citra Dewi Salasanti⁸, Rahmawati⁹

^{1,2,3,4,5} Program Studi Sarjana Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Bakti Tunas Husada, Indonesia

^{6,7,8,9} Program Studi Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Bakti Tunas Husada, Indonesia

e-mail: linanaiwa@gmail.com

Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat di Indonesia dan kini mulai ditemukan pada kelompok remaja akibat pola hidup kurang sehat. Rendahnya pengetahuan remaja mengenai hipertensi menjadi salah satu faktor penghambat upaya pencegahan sejak dini. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan remaja mengenai hipertensi usia dini melalui edukasi kesehatan menggunakan media leaflet di SMK Kesehatan Fahd Islamic School, Kabupaten Bekasi, yang dilaksanakan pada [tanggal pelaksanaan kegiatan]. Kegiatan berupa penyuluhan langsung dan pembagian leaflet “Hipertensi pada Usia Remaja” kepada 40 siswa program keahlian Layanan Penunjang Kefarmasian Klinis dan Komunitas, terdiri atas 14 laki-laki (35,0%) dan 26 perempuan (65,0%) berusia 15–17 tahun. Pengetahuan peserta dievaluasi menggunakan kuesioner 20 item sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) edukasi. Rerata skor pengetahuan meningkat dari 52,4 menjadi 88,6, dengan proporsi peserta berkategori pengetahuan baik meningkat dari 12,5% menjadi 75,0%. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan melalui media leaflet dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang hipertensi usia dini, sehingga berpotensi menjadi salah satu strategi promosi kesehatan yang diterapkan secara berkelanjutan melalui program Unit Kesehatan Sekolah (UKS).

Kata Kunci: Edukasi Kesehatan, Hipertensi, Leaflet, Pengetahuan, Remaja

Abstract

Hypertension is a non-communicable disease whose prevalence continues to rise in Indonesia and is now increasingly found among adolescents due to unhealthy lifestyle patterns. Low knowledge among adolescents regarding hypertension is one of the factors hindering early prevention efforts. This community service activity aimed to improve adolescents' knowledge of early-onset hypertension through health education using a leaflet at SMK Kesehatan Fahd Islamic School, Bekasi Regency, carried out on [activity date]. The activity consisted of direct counseling and distribution of the leaflet “Hypertension in Adolescence” to 40 students of the Clinical and Community Pharmacy Support Services program, comprising 14 males (35.0%) and 26 females (65.0%) aged 15–17 years. Participants' knowledge was assessed using a 20-item questionnaire before (pre-test) and after (post-test) the education session. The average knowledge score increased from 52.4 to 88.6, with the proportion of participants in the good knowledge category rising from 12.5% to 75.0%. These findings indicate that health education using a leaflet can improve adolescents' knowledge of early-onset hypertension, suggesting its potential as a sustainable health promotion strategy through the School Health Unit (UKS) program.

Keywords: Adolescents, Health Education, Hypertension, Knowledge, Leaflet

1. PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan kondisi ketika tekanan darah pada dinding pembuluh arteri secara konsisten berada di atas batas normal. Penyakit ini dikenal sebagai salah satu penyebab utama kematian akibat penyakit tidak menular di dunia, karena dapat memicu komplikasi serius seperti penyakit jantung koroner, stroke, dan gagal ginjal apabila tidak dikendalikan sejak dini (World Health Organization [WHO], 2023). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), prevalensi hipertensi pada penduduk Indonesia meningkat dari

25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia [Kemenkes RI], 2018). Data yang lebih mutakhir dari Buku Pedoman Pengendalian Hipertensi di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama menegaskan bahwa hipertensi masih menjadi penyumbang terbesar kasus penyakit tidak menular yang ditangani di layanan kesehatan primer di Indonesia, sehingga beban penyakit ini dinilai terus bertambah dari waktu ke waktu dan memerlukan intervensi promotif serta preventif di berbagai kelompok usia, termasuk usia sekolah (Kemenkes RI, 2024).

Hipertensi selama ini sering dianggap sebagai penyakit yang hanya dialami oleh orang dewasa maupun lanjut usia. Padahal, perubahan gaya hidup pada kelompok remaja seperti konsumsi makanan tinggi garam dan lemak, kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan begadang, penggunaan gawai yang berlebihan, serta tingkat stres akademik yang tinggi turut meningkatkan risiko remaja untuk mengalami tekanan darah tinggi sejak usia dini (Mardianti et al., 2022). Kondisi ini diperparah dengan sifat hipertensi yang sering disebut sebagai silent killer, karena pada tahap awal jarang menimbulkan gejala yang khas sehingga banyak remaja tidak menyadari kondisi tekanan darahnya sendiri. Apabila tidak terdeteksi dan tidak dikendalikan sejak usia remaja, peningkatan tekanan darah pada masa ini berpotensi berlanjut hingga usia dewasa dan meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular di kemudian hari (Amukti et al., 2024).

Pemerintah Indonesia melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) dan program Cerdik serta Patuh telah mendorong upaya pengendalian penyakit tidak menular, termasuk hipertensi, agar dapat dimulai sedini mungkin melalui edukasi dan perubahan perilaku (Kemenkes RI, 2024). Namun demikian, penerapan program tersebut di tingkat sekolah masih sangat bergantung pada inisiatif masing-masing satuan pendidikan, sehingga peran kegiatan pengabdian kepada masyarakat dari institusi pendidikan tinggi menjadi penting untuk menjembatani kebijakan nasional dengan kebutuhan edukasi kesehatan di tingkat sekolah.

Beberapa kajian pada populasi remaja di Indonesia turut memperkuat urgensi persoalan ini. Kegiatan pemeriksaan faktor risiko dan pendidikan kesehatan pada mahasiswa menunjukkan bahwa sebagian peserta usia muda telah memiliki tekanan darah di atas ambang normal tanpa menyadarinya sebelum dilakukan skrining (Setiana et al., 2022), sedangkan kegiatan pemberian edukasi pada usia remaja di sekolah lain menemukan bahwa pengetahuan awal siswa tentang faktor risiko hipertensi masih tergolong rendah sebelum intervensi diberikan (Amukti et al., 2024). Temuan-temuan tersebut memperlihatkan bahwa persoalan rendahnya pengetahuan remaja tentang hipertensi bukan merupakan kasus tunggal, melainkan pola yang berulang di berbagai populasi remaja dan konteks sekolah, sehingga intervensi edukatif yang terstruktur dan berkelanjutan menjadi kebutuhan bersama, bukan hanya kebutuhan spesifik satu sekolah. Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat berbasis sekolah seperti ini memiliki relevansi yang luas sebagai model intervensi promotif yang dapat direplikasi pada satuan pendidikan lain dengan karakteristik peserta didik yang serupa.

Rendahnya pengetahuan remaja mengenai hipertensi menjadi salah satu faktor penghambat upaya pencegahan sejak dini. Berdasarkan komunikasi awal antara tim pelaksana dan pihak SMK Kesehatan Fahd Islamic School, disepakati bahwa topik hipertensi usia dini relevan untuk diangkat karena belum pernah menjadi materi edukasi kesehatan khusus di sekolah tersebut, sementara program keahlian yang diampu siswa menuntut pemahaman dasar mengenai penyakit tidak menular termasuk hipertensi. Kondisi ini sejalan dengan berbagai laporan kegiatan pengabdian pada remaja di sekolah lain, misalnya edukasi kesehatan gejala dan bahaya hipertensi pada siswa yang menemukan tingkat pemahaman awal siswa masih tergolong rendah sebelum diberikan intervensi (Agustina, 2022), serta kegiatan pemeriksaan faktor risiko dan pendidikan kesehatan hipertensi remaja yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja belum memahami hubungan antara gaya hidup dan risiko hipertensi (Setiana et al., 2022). Beberapa kegiatan pengabdian dan penelitian lain juga menunjukkan bahwa pemberian edukasi kesehatan dapat secara signifikan meningkatkan pengetahuan siswa mengenai pencegahan hipertensi, baik melalui media poster, penyuluhan langsung, buku saku, maupun media cetak seperti leaflet (Sukri et al., 2024; Isnaeni et al., 2024; Pamungkas et al., 2023).

Media edukasi berupa leaflet dipilih pada kegiatan ini karena praktis, mudah dipahami, dapat dibawa pulang, serta memuat informasi yang ringkas dan disertai ilustrasi yang menarik

perhatian remaja. Penelitian pada remaja lain juga menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media leaflet mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap pencegahan hipertensi secara bermakna (Maulianti & Herdhianta, 2022), dan temuan serupa dilaporkan pada edukasi hipertensi menggunakan leaflet berbahasa daerah yang terbukti mudah diterima oleh sasaran dengan latar belakang yang beragam (Nurfadhila et al., 2024). Keunggulan leaflet dibandingkan media penyuluhan lisan semata terletak pada sifatnya yang dapat dibaca ulang kapan saja oleh sasaran, sehingga pesan kesehatan tidak hanya diterima sekali pada saat penyuluhan berlangsung, melainkan dapat terus diingat dan menjadi bahan diskusi lanjutan bersama keluarga maupun teman sebaya.

SMK Kesehatan Fahd Islamic School merupakan salah satu sekolah menengah kejuruan dengan program keahlian Layanan Penunjang Kefarmasian Klinis dan Komunitas. Meskipun berada di lingkungan sekolah kesehatan, pengetahuan siswa mengenai penyakit tidak menular seperti hipertensi usia dini masih perlu diperkuat, sehingga peningkatan pengetahuan ini menjadi relevan dan penting untuk mendukung kompetensi siswa di bidang kesehatan sekaligus membekali mereka dengan kesadaran untuk menjaga kesehatan diri sendiri sejak usia remaja. Kondisi ini sejalan dengan temuan bahwa siswa sekolah menengah kejuruan kesehatan tetap memerlukan penguatan pengetahuan tentang penyakit tidak menular meskipun telah mendapatkan dasar-dasar ilmu kesehatan di sekolah (Untari et al., 2023). Selain itu, siswa program keahlian kefarmasian memiliki potensi besar untuk berperan sebagai agen edukasi kesehatan bagi keluarga dan lingkungan sekitarnya apabila dibekali pengetahuan yang memadai sejak masa pendidikan, sehingga manfaat kegiatan ini diharapkan tidak berhenti pada peningkatan pengetahuan individu peserta semata.

Berdasarkan kondisi tersebut, rumusan masalah dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah bagaimana meningkatkan pengetahuan remaja mengenai hipertensi usia dini melalui edukasi kesehatan di SMK Kesehatan Fahd Islamic School, Kabupaten Bekasi, Jawa Barat. Tujuan kegiatan ini adalah memberikan edukasi kesehatan menggunakan media leaflet dan penyuluhan langsung kepada siswa/siswi mengenai pengertian, penyebab, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, serta upaya pencegahan hipertensi pada remaja, sehingga tercapai peningkatan pengetahuan dan kesadaran siswa sejak dini sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif berkelanjutan di lingkungan sekolah.

2. METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi penyuluhan kesehatan dan edukasi menggunakan media leaflet berjudul “Hipertensi pada Usia Remaja” yang disusun dengan bahasa sederhana dan ilustrasi menarik, dilengkapi dengan penyampaian materi secara langsung oleh tim pelaksana. Materi leaflet disusun oleh tim pelaksana berdasarkan tinjauan pustaka mengenai pengertian, penyebab, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, serta upaya pencegahan hipertensi pada remaja, kemudian dikemas dalam bahasa yang sederhana dan ilustrasi yang menarik agar mudah dipahami oleh sasaran remaja. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 11 Mei 2026 bertempat di SMK Kesehatan Fahd Islamic School, Kabupaten Bekasi. Sasaran kegiatan adalah siswa/siswi program keahlian Layanan Penunjang Kefarmasian Klinis dan Komunitas di SMK Kesehatan Fahd Islamic School, yang seluruhnya dilibatkan sebagai peserta menggunakan teknik total sampling sehingga diperoleh 40 peserta, terdiri atas 14 laki-laki dan 26 perempuan dengan rentang usia 15–17 tahun.

Tim pelaksana kegiatan terdiri atas mahasiswa Program Studi Sarjana Farmasi yang bertugas menyusun materi dan desain leaflet, memandu jalannya penyuluhan, serta mendampingi peserta selama pengisian kuesioner, dengan didampingi oleh dosen pembimbing lapangan yang memberikan arahan teknis maupun substansi materi kesehatan sebelum dan selama kegiatan berlangsung. Pembagian peran ini dimaksudkan agar proses edukasi berjalan sistematis, mulai dari persiapan materi, pelaksanaan penyuluhan, hingga evaluasi hasil kegiatan.

Kegiatan dilaksanakan dalam tiga tahap, yaitu: (1) peserta mengisi kuesioner pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal mengenai hipertensi; (2) peserta diberikan edukasi

kesehatan melalui penyampaian materi secara langsung disertai pembagian leaflet; dan (3) peserta mengisi kembali kuesioner yang sama sebagai post-test segera setelah sesi edukasi selesai. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner pengetahuan tentang hipertensi yang terdiri dari 20 pernyataan (10 pernyataan bernilai benar dan 10 pernyataan bernilai salah) mencakup pengertian, penyebab, faktor risiko, tanda dan gejala, komplikasi, serta upaya pencegahan hipertensi pada remaja. Kuesioner disusun oleh tim pelaksana mengacu pada tinjauan pustaka terkait pengetahuan hipertensi pada remaja, dan telah melalui proses telaah (expert judgement) oleh dosen pembimbing lapangan sebagai bentuk uji kelayakan isi instrumen sebelum digunakan di lapangan. Setiap jawaban yang sesuai dengan kunci diberi skor 5, sehingga skor total berkisar antara 0–100. Skor tersebut selanjutnya dikategorikan menjadi tiga tingkat pengetahuan, yaitu baik (skor 76–100), cukup (skor 56–75), dan kurang (skor ≤ 55), mengacu pada klasifikasi tingkat pengetahuan yang umum digunakan pada penelitian kesehatan masyarakat (Arikunto, 2021). Indikator keberhasilan kegiatan ini ditetapkan berupa peningkatan rerata skor pengetahuan peserta serta peningkatan proporsi peserta dengan kategori pengetahuan baik antara pre-test dan post-test.



Gambar 1. Media Leaflet 'Hipertensi Pada Usia Remaja'

Data hasil pre-test dan post-test selanjutnya diolah secara deskriptif untuk melihat peningkatan rerata skor pengetahuan serta perubahan proporsi kategori pengetahuan peserta (kurang, cukup, baik) sebelum dan sesudah edukasi. Analisis juga dilakukan pada tingkat butir pernyataan untuk mengidentifikasi aspek pengetahuan yang paling banyak mengalami perubahan pemahaman setelah edukasi diberikan, sehingga dapat diketahui materi mana yang paling efektif tersampaikan melalui leaflet dan penyuluhan langsung. Evaluasi keberlanjutan program juga dilakukan melalui monitoring bersama pihak sekolah setelah kegiatan berlangsung. Monitoring dilakukan secara informal melalui komunikasi lanjutan tim pelaksana dengan pihak SMK Kesehatan Fahd Islamic School pada bulan selanjutnya. Setelah kegiatan, untuk memastikan leaflet edukasi masih tersedia dan dapat diakses siswa, serta menanyakan kesan umum guru terhadap pemahaman siswa pasca-edukasi. Kegiatan ini belum disertai instrumen penilaian yang terstandarisasi, sehingga menjadi catatan untuk penyempurnaan monitoring pada kegiatan pengabdian selanjutnya

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat “Peningkatan Pengetahuan Remaja tentang Hipertensi Usia Dini melalui Edukasi Kesehatan di SMK Kesehatan Fahd Islamic School Kabupaten Bekasi” diuraikan sebagai berikut.

3.1. Karakteristik Peserta

Tabel 1 menyajikan gambaran karakteristik 40 peserta kegiatan berdasarkan jenis kelamin dan usia.

Tabel 1. Distribusi Peserta Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia

Karakteristik	Kategori	n	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	14	35,0
	Perempuan	26	65,0
Usia	15 tahun	12	30,0
	16 tahun	21	52,5
	17 tahun	7	17,5
Jumlah		40	100

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar peserta berjenis kelamin perempuan, yaitu 26 orang (65,0%), sedangkan peserta laki-laki berjumlah 14 orang (35,0%). Komposisi ini sejalan dengan karakteristik populasi siswa pada program keahlian Layanan Penunjang Kefarmasian Klinis dan Komunitas, yang secara umum lebih banyak diminati oleh siswa perempuan. Dari sisi usia, mayoritas peserta berada pada kelompok usia 16 tahun (21 peserta atau 52,5%), diikuti kelompok usia 15 tahun (12 peserta atau 30,0%) dan 17 tahun (7 peserta atau 17,5%). Rentang usia 15–17 tahun ini tergolong dalam kategori remaja pertengahan (middle adolescence), yaitu masa ketika kemampuan menyerap informasi kesehatan secara mandiri semakin meningkat, sehingga edukasi kesehatan pada rentang usia ini dinilai tepat sasaran. Antusiasme peserta selama sesi penyampaian materi awal ditunjukkan pada Gambar 2, yang memperlihatkan peserta menyimak penjelasan tim pelaksana mengenai konsep dasar hipertensi.



Gambar 2. Peserta Mendengarkan Materi Awal Hipertensi

3.2. Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Edukasi

Evaluasi pengetahuan peserta dilakukan menggunakan pre-test dan post-test.

Tabel 2. Nilai Pre-test dan Post-test Pengetahuan Peserta tentang Hipertensi

Uraian	Pre-test	Post-test	Keterangan
Nilai terendah	35	55	Meningkat
Nilai tertinggi	80	100	Meningkat
Nilai rata-rata	52,4	88,6	Meningkat

Tabel 3. Kategori Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Edukasi (n=40)

Kategori	Pre-test (n)	Pre-test (%)	Post-test (n)	Post-test (%)
Kurang	18	45,0	1	2,5
Cukup	17	42,5	9	22,5
Baik	5	12,5	30	75,0
Jumlah	40	100	40	100



Gambar 3. Peserta Mengikuti Penyuluhan Kesehatan

Berdasarkan Tabel 2 dan 3 dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan nilai terendah, tertinggi, dan rata-rata pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi, dari rata-rata 52,4 (pre-test) menjadi 88,6 (post-test). Sejalan dengan hal tersebut, proporsi peserta dengan kategori pengetahuan baik meningkat tajam dari 12,5% menjadi 75,0%, sementara kategori kurang menurun drastis dari 45,0% menjadi hanya 2,5%.

Peningkatan pengetahuan yang cukup besar ini diduga didukung oleh beberapa faktor. Pertama, penggunaan media leaflet yang dipadukan dengan penyampaian materi secara langsung memungkinkan peserta menerima informasi melalui dua saluran sekaligus, yaitu visual berupa membaca dan melihat ilustrasi pada leaflet, dan auditori berupa mendengarkan penjelasan tim pelaksana, sehingga pesan kesehatan lebih mudah dipahami dan diingat. Kedua, leaflet yang dibagikan dapat dibawa pulang dan dibaca ulang oleh peserta, berbeda dengan penyuluhan lisan yang informasinya cenderung cepat dilupakan. Ketiga, jeda waktu yang singkat antara pemberian edukasi dan pelaksanaan post-test turut berkontribusi terhadap tingginya skor yang dicapai peserta segera setelah edukasi, sehingga hasil ini lebih menggambarkan pemahaman jangka pendek dibandingkan retensi pengetahuan dalam jangka panjang.

Temuan pada kegiatan ini sejalan dengan hasil kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh Sukri et al. (2024), yang melaporkan peningkatan pengetahuan siswa tentang pencegahan hipertensi setelah diberikan pendidikan kesehatan, serta penelitian Isnaeni et al. (2024) yang menunjukkan hasil serupa pada edukasi hipertensi bagi remaja. Peningkatan proporsi kategori pengetahuan baik pada kegiatan ini, yaitu dari 12,5% menjadi 75,0%, juga sebanding dengan

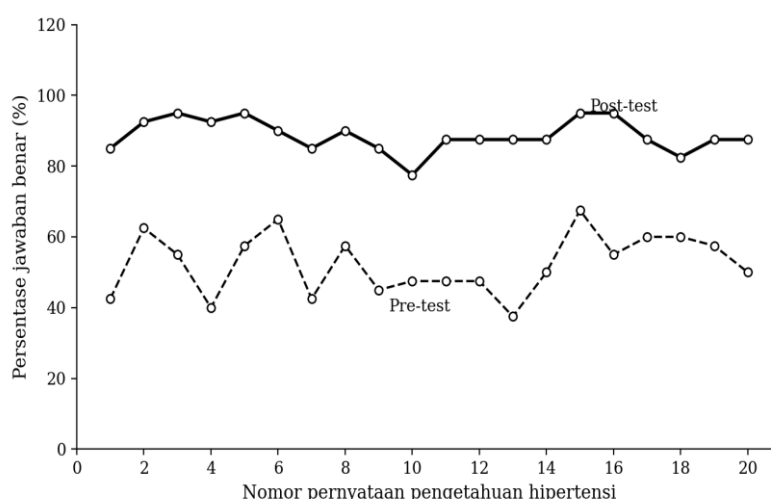
capaian yang dilaporkan Rahmah dan Kurniasari (2024) pada edukasi hipertensi remaja menggunakan media poster, podcast, dan permainan cari kata, serta capaian program GEMAS GASI yang meningkatkan pengetahuan lebih dari separuh peserta setelah edukasi hipertensi pada siswa SMA (Dewangga & Istifadah, 2024). Kesesuaian temuan ini dengan berbagai kegiatan sejenis menunjukkan bahwa kombinasi media edukasi cetak yang menarik dengan penyampaian langsung secara konsisten efektif meningkatkan pengetahuan remaja tentang hipertensi, terlepas dari perbedaan lokasi maupun karakteristik sekolah sasaran.

Perlu dicermati pula bahwa rancangan evaluasi pada kegiatan ini menggunakan satu kelompok dengan pengukuran pre-test dan post-test tanpa kelompok pembanding, sehingga peningkatan skor yang teramati tidak dapat sepenuhnya dipisahkan dari kemungkinan pengaruh faktor lain di luar edukasi, misalnya efek pengulangan pengisian kuesioner yang sama pada waktu yang berdekatan. Meskipun demikian, pola peningkatan yang konsisten pada hampir seluruh butir pernyataan, termasuk pada aspek pengetahuan yang secara konseptual tidak saling berkaitan langsung, memberikan indikasi yang cukup kuat bahwa perubahan tersebut memang berkaitan dengan pemberian edukasi kesehatan menggunakan leaflet dan penyuluhan langsung. Bagi tim pelaksana yang berasal dari program studi farmasi, kegiatan ini juga menjadi sarana penerapan kompetensi komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) kefarmasian secara langsung kepada masyarakat sasaran usia sekolah, sekaligus melatih kepekaan terhadap kebutuhan edukasi kesehatan preventif di luar konteks pelayanan kefarmasian klinis.

Edukasi kesehatan tidak secara langsung menurunkan angka kejadian hipertensi pada remaja, namun berkontribusi melalui peningkatan pengetahuan, kesadaran, dan perubahan perilaku yang mendukung pencegahan sejak dini. Pemanfaatan media leaflet yang disertai penyuluhan langsung memudahkan peserta memahami konsep hipertensi, mulai dari pengertian, penyebab, faktor risiko, tanda dan gejala, hingga cara pencegahannya. Sebagai media Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE), leaflet membantu menyampaikan informasi terkait risiko hipertensi secara ringkas dan terukur, sehingga mendorong peserta untuk melakukan tindakan pencegahan yang tepat sejak usia remaja.

3.3. Distribusi Jawaban Kuesioner Pengetahuan

Tabel 4 menyajikan persentase jawaban benar peserta pada setiap item pernyataan kuesioner pengetahuan, baik sebelum (pre-test) maupun sesudah (post-test) edukasi kesehatan diberikan.



Gambar 4. Grafik Persentase Jawaban Benar (%) Peserta pada Setiap Butir Pernyataan Kuesioner Pengetahuan Hipertensi, Pre-test dan Post-test

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Jawaban Benar Kuesioner Pengetahuan Hipertensi Pre-test dan Post-test (n=40)

No	Aspek Pernyataan	Benar Pre-test (%)	Benar Post-test (%)
1	Definisi hipertensi	42,5	85,0
2	Hipertensi hanya dialami orang dewasa/lansia	62,5	92,5
3	Ambang tekanan darah tinggi pada remaja ($\geq 130/80$ mmHg)	55,0	95,0
4	Hipertensi selalu bergejala jelas sejak awal	40,0	92,5
5	Konsumsi garam/makanan cepat saji sebagai faktor risiko	57,5	95,0
6	Kurang aktivitas fisik memengaruhi tekanan darah	65,0	90,0
7	Merokok/vaping menyebabkan penyempitan pembuluh darah	42,5	85,0
8	Stres berkepanjangan terkait tekanan darah	57,5	90,0
9	Riwayat hipertensi orang tua sebagai faktor risiko	45,0	85,0
10	Obesitas berpengaruh terhadap kerja jantung	47,5	77,5
11	Sakit kepala/pusing sebagai tanda tekanan darah tinggi	47,5	87,5
12	Mimisan tanpa sebab sebagai tanda yang perlu diwaspadai	47,5	87,5
13	Risiko penyakit jantung dan stroke usia muda	37,5	87,5
14	Dampak hipertensi terhadap fungsi ginjal	50,0	87,5
15	Pembatasan konsumsi garam maksimal 5 gram/hari	67,5	95,0
16	Tidur cukup 7–9 jam terkait pengendalian tekanan darah	55,0	95,0
17	Olahraga rutin membantu mencegah hipertensi	60,0	87,5
18	Pentingnya pemeriksaan tekanan darah berkala	60,0	82,5
19	Manfaat pengetahuan dini gejala dan faktor risiko	57,5	87,5
20	Minuman berenergi/tinggi kafein aman dikonsumsi bebas	50,0	87,5

Berdasarkan Tabel 4, pada saat pre-test, item dengan persentase jawaban benar tertinggi adalah pernyataan mengenai batas aman konsumsi garam maksimal 5 gram per hari (67,5%), sedangkan item dengan persentase jawaban benar terendah adalah pernyataan mengenai risiko penyakit jantung dan stroke pada usia muda akibat hipertensi yang tidak terkontrol (37,5%). Hal ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, peserta cenderung lebih memahami anjuran pola hidup sehat secara umum, namun masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai komplikasi serius hipertensi apabila tidak ditangani sejak dini.

Setelah diberikan edukasi melalui leaflet dan penyuluhan langsung, seluruh item menunjukkan peningkatan persentase jawaban benar, dengan peningkatan paling besar terlihat pada pernyataan mengenai sifat hipertensi yang tidak selalu bergejala jelas sejak tahap awal (dari 40,0% menjadi 92,5%) dan risiko penyakit jantung serta stroke pada usia muda (dari 37,5% menjadi 87,5%). Peningkatan ini mengindikasikan bahwa materi edukasi berhasil mengoreksi miskonsepsi peserta mengenai sifat silent killer dari hipertensi serta bahaya komplikasinya. Perbaikan pemahaman mengenai risiko komplikasi kardiovaskular pada usia muda ini penting untuk ditekankan, mengingat penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa remaja cenderung menilai hipertensi dan komplikasinya sebagai masalah kesehatan orang dewasa, sehingga kurang waspada terhadap gejala dini pada dirinya sendiri (Octafyananda et al., 2021; Indriyani & Sudiyat, 2023).

Item dengan peningkatan yang relatif lebih kecil, misalnya pernyataan mengenai pengaruh obesitas terhadap kerja jantung (dari 47,5% menjadi 77,5%), mengindikasikan bahwa aspek ini memerlukan penguatan lebih lanjut pada kegiatan edukasi berikutnya, misalnya melalui penambahan ilustrasi atau contoh kasus yang lebih konkret pada materi leaflet. Temuan pada

tingkat butir ini bermanfaat sebagai masukan bagi tim pelaksana maupun pihak sekolah dalam menyusun materi edukasi lanjutan yang lebih terarah pada aspek pengetahuan yang masih lemah.

3.4. Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan evaluasi sebagai tindak lanjut kegiatan ini dilaksanakan oleh tim pelaksana pengabdian masyarakat Program Studi Farmasi Universitas Bakti Tunas Husada bersama pihak SMK Kesehatan Fahd Islamic School, dengan hasil seluruh 40 peserta telah mengikuti edukasi kesehatan mengenai hipertensi usia dini menggunakan media leaflet sebagai upaya deteksi dini dan pencegahan komplikasi hipertensi. Hasil komunikasi lanjutan dengan pihak SMK Kesehatan Fahd Islamic School pada juni 2026 setelah kegiatan menunjukkan bahwa leaflet edukasi masih tersedia dan dapat diakses oleh siswa, serta pihak sekolah menyampaikan kesan positif terhadap antusiasme siswa selama dan setelah kegiatan berlangsung. Pengukuran keberlanjutan pengetahuan secara kuantitatif belum dilakukan pada tahap monitoring ini, sehingga hasil yang diperoleh masih bersifat deskriptif berdasarkan keterangan pihak sekolah.

3.5. Faktor Pendukung dan Faktor Penghambat

Faktor pendukung dalam kegiatan ini antara lain adanya dukungan yang tinggi dari pihak SMK Kesehatan Fahd Islamic School, kedisiplinan dan antusiasme peserta selama sesi penyuluhan, serta lokasi kegiatan yang berada di lingkungan sekolah sendiri sehingga memudahkan akses seluruh peserta. Sementara itu, faktor penghambat yang ditemui antara lain keterbatasan waktu pelaksanaan karena harus menyesuaikan dengan jadwal kegiatan belajar mengajar (KBM) di sekolah, sehingga penyampaian materi maupun sesi tanya jawab perlu dilakukan secara padat dalam waktu yang tersedia. Keterbatasan ini menjadi catatan bagi tim pelaksana untuk mempertimbangkan pembagian sesi edukasi ke dalam beberapa pertemuan singkat pada kegiatan pengabdian serupa di masa mendatang, agar penyampaian materi dapat lebih mendalam tanpa mengganggu jadwal akademik sekolah. Dukungan aktif pihak sekolah dalam menyediakan waktu dan tempat kegiatan, sebagaimana juga dilaporkan pada kegiatan pengabdian sejenis di sekolah lain (Nurfadhila et al., 2024), menjadi salah satu kunci keberhasilan pelaksanaan edukasi kesehatan berbasis sekolah, sehingga kerja sama yang telah terjalin dengan SMK Kesehatan Fahd Islamic School pada kegiatan ini berpotensi dikembangkan menjadi program edukasi berkelanjutan di tahun-tahun berikutnya.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan pengabdian masyarakat melalui edukasi kesehatan tentang hipertensi usia dini di SMK Kesehatan Fahd Islamic School, Kabupaten Bekasi, dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan melalui media leaflet berjudul “Hipertensi pada Usia Remaja” yang disertai penyuluhan langsung berhasil meningkatkan pengetahuan 40 peserta, terbukti dari rata-rata nilai pre-test sebesar 52,4 yang meningkat menjadi 88,6 pada post-test. Proporsi peserta dengan kategori pengetahuan baik meningkat dari 12,5% menjadi 75,0%, sedangkan kategori kurang menurun dari 45,0% menjadi 2,5%. Kegiatan ini ditindaklanjuti dengan monitoring bersama pihak sekolah guna memastikan keberlanjutan penerapan pengetahuan siswa dalam kehidupan sehari-hari. Hasil kegiatan ini menegaskan pentingnya penerapan program edukasi kesehatan berkelanjutan di lingkungan sekolah, khususnya sekolah dengan program keahlian kesehatan, sebagai upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kesadaran remaja terhadap hipertensi usia dini. Keterbatasan kegiatan ini terletak pada evaluasi yang hanya mengukur pengetahuan segera setelah edukasi tanpa pengukuran retensi jangka panjang, sehingga kegiatan pengabdian selanjutnya disarankan turut mengukur keberlanjutan pengetahuan maupun perubahan perilaku peserta beberapa waktu setelah edukasi diberikan. Disarankan pula kepada pihak sekolah untuk menjadikan edukasi mengenai penyakit tidak menular, termasuk hipertensi, sebagai bagian dari program Unit Kesehatan Sekolah (UKS) yang dilaksanakan secara rutin dan berkala, misalnya melalui penyegaran materi setiap semester atau integrasi materi hipertensi ke dalam mata pelajaran kejuruan kesehatan yang relevan. Bagi

institusi pendidikan tinggi penyelenggara, kegiatan ini dapat dijadikan model program pengabdian masyarakat berkelanjutan yang direplikasi pada sekolah menengah kejuruan kesehatan lain di Kabupaten Bekasi maupun wilayah Jawa Barat secara lebih luas, sehingga manfaat peningkatan pengetahuan hipertensi usia dini tidak terbatas pada satu sekolah mitra saja.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, D. P. S. N. M. (2022). Edukasi Gejala dan Bahaya Hipertensi pada Siswa SMAN 15 Jakarta Utara. *Kami Mengabdi*, 2(2), 20-24. <https://doi.org/10.52447/km.v2i2.6509>
- Amukti, D. P., Humolungo, D. T. W. S., Ardilla, M., Bachri, M. S., & Ma'ruf, M. (2024). Pemberian Edukasi pada Usia Remaja terhadap Penyakit Hipertensi. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 5(2), 251-258. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v5i2.21600>
- Arikunto, S. (2021). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktis*. Rineka Cipta.
- Dewangga, A. S., & Istifadah, N. (2024). Program Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Hipertensi GEMAS GASI pada Remaja di SMA Al-Hikmah Surabaya. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(5), 1294-1299. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i5.5115>
- Indriyani, M., & Sudiyat, R. (2023). Pengaruh Edukasi Media Poster Tentang Pengendalian Hipertensi Terhadap Pengetahuan Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(3), 461-467.
- Isnaeni, Y., Rejecky, A., & Nurhayati, P. (2024). Pengaruh Edukasi Tentang Hipertensi Pada Remaja. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(4), 1333-1336.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Buku Pedoman Pengendalian Hipertensi di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama*. Kemenkes RI.
- Mardianti, F., Rachmawati, D., & Suprajitno, S. (2022). Faktor Risiko Hipertensi Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*, 10(1), 43-55.
- Maulianti, H. A. N., & Herdhianta, D. (2022). Pengaruh Edukasi Menggunakan Media E-Leaflet Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pencegahan Hipertensi pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(1), 12-18. <https://doi.org/10.34011/jks.v3i1.1037>
- Nurfadhila, N., Wahab, M., & Mae, M. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Leaflet Berbahasa Daerah terhadap Tingkat Pengetahuan Penderita Hipertensi di Desa Lambanan Kabupaten Mamasa. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 10(3), 1-8. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol10.iss3.2035>
- Octafyananda, D., Berliana, N., & Sugiarto, S. (2021). Factors Associated with Prevention of Hypertension in Adolescents. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat Berkala (JIKeMB)*, 3(2), 145-153. <https://doi.org/10.32585/jikemb.v3i2.1937>
- Pamungkas, A. M. A., Hanung, A., & Nuraeni, N. (2023). Pengaruh Pemberian Buku Saku Terhadap Pengetahuan Skrining Faktor Resiko Hipertensi Pada Remaja Putri SMA. *Jurnal Kebidanan*, 3(2), 108-114.
- Rahmah, A., & Kurniasari, R. (2024). Pengaruh Media Poster, Podcast, dan Games Cari Kata Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Hipertensi di SMA Negeri 30 Jakarta. *Journal of Social Science Research*, 4(3), 18664-18674.
- 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), 71-77. <https://doi.org/10.36722/psn.v2i1.1571>

- Sukri, S., Palinggi, Y., Taliabo, P., & Lisma, L. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Pencegahan Hipertensi. *Jurnal Promotif Preventif*, 7(1), 52-57.
- Untari, A. P., Nisak, R., & Maimunah, S. (2023). Gambaran Pengetahuan dan Perilaku dalam Pencegahan Hipertensi Pada Siswa SMK N 1 Ngawi. *E-Journal Cakra Medika*, 10(1), 40-48.
- World Health Organization. (2023). Hypertension Fact Sheet. WHO.

Halaman ini dikosongkan