Penguatan Literasi Kesehatan dan Skrining Tekanan Darah Komunitas melalui Edukasi *Door-to-Door* Berbasis Leaflet

Lia Ayu Meylani [1], Dwi Linna Suswardany[2*], Ana Noviana Ramadhan [3], Syalwa Fitria Wurandhani [4], Aini Dzuriyati Salma [5], Futikhah Rizqiyani [6], Assyifa Hasna Jauza [7], Fauziah Nurulita Addin [8], Mawaliya Najwa Sabrina [9], Asti Lathifah [10], Siti Halimah Fitriani [11], Susanti Alfitri Annisa [12]

[1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 ,11 ,12)] Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia
e-mail: d.linna.suswardany@ums.ac.id

Abstrak
Hipertensi merupakan penyakit tidak menular dengan prevalensi tinggi di masyarakat dan menjadi penyebab utama penyakit jantung serta stroke. Rendahnya kesadaran masyarakat untuk melakukan pemeriksaaan tekanan darah secara rutin menjadi masalah kesehatan yang perlu diatasi, khususnya di Desa Tegalsari, Kecamatan Weru, Kabupaten Sukoharjo. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan literasi kesehatan masyarakat melalui edukasi *door-to-door* berbasis leaflet dan pemeriksaan tekanan darah gratis. Metode pelaksanaan meliputi pembagian leaflet, penyuluhan singkat, serta pemeriksaan tekanan darah kepada 142 warga dengan pendekatan rumah ke rumah. Evaluasi pengetahuan dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test* yang dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil analisis menunjukkan nilai Z= -8,126 dengan *p-value* = 0,000 ($p < 0,05$), yang menandakan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah diberikan edukasi. Media leaflet terbukti efektif sebagai sarana promosi kesehatan karena berisi informasi sederhana, menarik, mudah dipahami, serta dapat dibaca ulang. Dengan demikian, kegiatan edukasi *door-to-door* berbasis leaflet dapat meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat terhadap pencegahan hipertensi serta menjadi strategi edukasi yang sederhana, efektif, dan berkelanjutan di tingkat desa.

Kata kunci: Edukasi Kesehatan, Literasi Kesehatan, Hipertensi, Pencegahan.

Abstract
Hypertension is a non-communicable disease with a high prevalence in the community and is a major cause of heart disease and stroke. Low public awareness of the need for regular blood pressure checks is a health problem that needs to be addressed, particularly in Tegalsari Village, Weru District, Sukoharjo Regency. This activity aims to improve public health literacy through door-to-door education based on leaflets and free blood pressure checks. The implementation method involved distributing leaflets, providing brief health talks, and conducting blood pressure checks for 142 residents through a house-to-house approach. Knowledge evaluation was conducted through pre-tests and post-tests analysed using the Wilcoxon test. The analysis results showed a Z value of -8.126 with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a significant increase in knowledge after the education was provided. Leaflets proved to be an effective health promotion tool because they contained simple, interesting, easy-to-understand information that could be reread. Thus, door-to-door education activities based on leaflets can increase community awareness and knowledge of hypertension prevention and become a simple, effective, and sustainable education strategy at the village level.

Keywords*: Health education, Health literacy, Hypertension, Prevention.*

PENDAHULUAN

Kondisi di mana tekanan darah melewati batas normal, yang disebut hipertensi, ditandai oleh peningkatan tekanan pada arteri. Untuk orang dewasa, nilai tekanan darah yang dianggap normal berkisar 140 mmHg untuk sistolik dan 90 mmHg untuk diastolik (Nilawati, 2023). Kondisi ini sering dinamakan "silent killer" karena gejalanya tidak selalu terlihat, namun dapat menimbulkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, serta kerusakan ginjal (Rasnawati, Zainal, & Fajriansi, 2023).

Sebagai masalah kesehatan masyarakat global, hipertensi menunjukkan peningkatan prevalensi yang terus bertambah. Menurut World Health Organization pada 2025, sekitar 1,4 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia terkena hipertensi, setara dengan 33% populasi pada kelompok usia tersebut. Di Indonesia, angka prevalensi masih tergolong tinggi, mencapai 30,8% (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Provinsi Jawa Tengah termasuk salah satu wilayah dengan beban penyakit tidak menular terbesar, di mana estimasi penderita hipertensi berusia di atas 15 tahun mencapai 8.554.672 orang atau 38,2% dari total penduduk (Dinas Kesehatan Sukoharjo, 2023).

Di tingkat kabupaten, diperkirakan lebih dari 260.000 warga Kabupaten Sukoharjo mengalami hipertensi (Dinas Kesehatan Sukoharjo, 2023). Pada level kecamatan, data Puskesmas Kecamatan Weru mencatat sedikitnya 1.000 kasus hipertensi esensial (Badan Pusat Statistik Kabupaten Sukoharjo, 2023). Angka ini membuktikan bahwa hipertensi merupakan tantangan kesehatan yang nyata, tidak hanya di tingkat global dan nasional, tetapi juga di tingkat lokal.

Penurunan fungsi fisiologis yang muncul pada proses penuaan menyebabkan lansia menjadi kelompok yang rawan terhadap penyakit degeneratif seperti hipertensi. Rentang usia pra-lanjut usia adalah 45–59 tahun, sementara lansia mencakup individu ≥60 tahun, dengan risiko tinggi terjadi pada mereka berusia ≥70 tahun atau memiliki masalah kesehatan tertentu (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Tekanan darah pada kelompok ini cenderung naik seiring bertambahnya usia, baik pada tekanan sistolik maupun diastolik, sehingga meningkatkan kemungkinan munculnya penyakit jantung, gangguan ginjal, stroke, dan kelainan pada pembuluh darah (Irianti, Antara, & Jati, 2021). Hipertensi juga berdampak pada kemampuan kognitif dan melemahkan otot karena sarcopenia. Penelitian oleh (Ningsih, Dewi, Surtiningsih, & Kurniawan, 2022) menemukan hubungan signifikan antara hipertensi dan penurunan fungsi kognitif, akibat gangguan aliran darah ke otak dan kerusakan pembuluh darah kecil. Jika tekanan darah tidak dikendalikan, komplikasi serius seperti stroke, kerusakan fungsi otak, dan berkurangnya kekuatan otot bisa terjadi.

Faktor penyebab hipertensi meliputi usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, tingkat pendidikan, pekerjaan, serta lingkungan tempat tinggal (Patil, Jana, & Gaurav, 2025). Pola makan tinggi gula, garam, dan lemak, kurangnya aktivitas fisik, obesitas, merokok, alkohol, dan stres juga berperan meningkatkan risiko hipertensi (Dewati et al., 2023).

Peningkatan kesadaran masyarakat melalui literasi kesehatan menjadi strategi utama pencegahan hipertensi. Edukasi kesehatan yang tepat dapat menumbuhkan pemahaman yang jelas mengenai hipertensi. Promosi kesehatan akan lebih efektif jika menggunakan media yang menarik dan metode yang sesuai dengan karakteristik sasaran (Nuruddani, Rahman, Nugroho, Andayani, & Wahid, 2019). Leaflet menjadi media populer karena sederhana, mudah diakses, dan mampu menyampaikan pesan kesehatan dengan kombinasi teks dan gambar yang mudah dipahami (Tampi, Kepel, Rombot, Kapantow, & Korompis, 2025). Keefektifan edukasi melalui leaflet meningkat dengan pendekatan personal dan relevan terhadap kehidupan sehari-hari masyarakat.

Sejalan dengan kebutuhan akan pendekatan edukasi yang lebih personal dan kontekstual, metode edukasi *door-to-door* menjadi pilihan strategis karena dapat menjangkau kelompok rentan seperti orang lanjut usia dan individu dengan tingkat literasi rendah yang sering kali tidak hadir dalam kegiatan berbasis fasilitas umum. Kunjungan ke rumah memberikan kesempatan untuk interaksi dua arah yang lebih intensif, memungkinkan pendidik untuk menyesuaikan dengan kebutuhan masing-masing individu serta memastikan pemahaman materi secara langsung. Keberhasilan pendekatan ini didukung oleh temuan (Abbas et al., 2023), yang melaporkan bahwa intervensi *door-to-door* dapat meningkatkan partisipasi dan penerimaan masyarakat terhadap program kesehatan karena sifatnya yang dekat, fleksibel, dan sesuai dengan kondisi sosial di lingkungan setempat. Dengan demikian, penerapan metode *door-to-door* dianggap relevan dan berbasis bukti untuk mendukung keberhasilan edukasi hipertensi.

Melalui Survei Mawas Diri (SMD) dan Musyawarah Masyarakat Desa (MMD), teridentifikasi bahwa masyarakat Dusun I Desa Tegalsari masih minim kesadaran akan pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Kondisi ini kemudian dijadikan fokus utama dalam rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat. Tindakan yang dilakukan meliputi edukasi langsung ke rumah berbasis leaflet, lengkap dengan pemeriksaan tekanan darah gratis, guna memperkuat literasi kesehatan dan mendeteksi hipertensi sejak tahap awal. Kombinasi antara edukasi dan pemeriksaan ini diharapkan

meningkatkan kepedulian masyarakat terhadap pentingnya rutin memeriksa tekanan darah sekaligus mendorong perubahan perilaku promotif dan preventif yang berkelanjutan.

METODE

Kegiatan pencegahan hipertensi dirancang dengan pendekatan partisipatif berbasis komunitas. Program ini dilaksanakan di Dusun 1, Desa Tegalsari, Kecamatan Weru, oleh Kelompok 1 PBL 1 Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surakarta pada Tahun Ajaran 2025/2026. Fokus utama program adalah peningkatan pemahaman dan kesadaran masyarakat terkait hipertensi melalui tiga kegiatan pokok: penyebaran leaflet, edukasi kesehatan interaktif, dan pemeriksaan tekanan darah gratis secara door-to-door. Kegiatan tersebut melibatkan 142 warga, didukung oleh kader kesehatan dan tokoh masyarakat, sementara mahasiswa PBL menjadi pelaksana utama edukasi, pemeriksaan, dan pengumpulan data evaluasi.

Perencanaan kegiatan mengikuti tahapan persiapan, pelaksanaan, evaluasi, dan keberlanjutan. Tahap persiapan dimulai dengan koordinasi bersama kepala desa, bidan desa, kader kesehatan, ketua RW, dan ketua RT untuk mengidentifikasi masalah kesehatan yang mendesak. Survei Mawas Diri (SMD) mengonfirmasi hipertensi sebagai masalah utama, terutama pada warga lanjut usia, dengan rendahnya praktik pemeriksaan tekanan darah rutin dan pengetahuan tentang faktor risiko hipertensi. Temuan ini kemudian divalidasi melalui Musyawarah Masyarakat Desa (MMD), sehingga hipertensi dipilih sebagai masalah kesehatan yang diintervensi melalui edukasi door-to-door. Media edukasi, tensimeter digital, dan instrumen pre-test/post-test disiapkan setelah konsultasi dengan dosen pembimbing.

Pelaksanaan mencakup penyebaran leaflet berisi informasi hipertensi, faktor risiko, gejala, pencegahan, serta manfaat pemeriksaan rutin, diikuti edukasi interaktif melalui diskusi di tiap rumah. Pemeriksaan tekanan darah gratis menggunakan tensimeter digital membantu mendeteksi kondisi peserta, dan warga dengan tekanan darah tinggi diarahkan ke fasilitas kesehatan terdekat. Target kegiatan adalah minimal 80% dari 150 warga sasaran menerima leaflet dan mengikuti pemeriksaan.

Evaluasi program dilakukan untuk menilai keterlaksanaan, partisipasi, dan efektivitas edukasi, dengan analisis pre-test dan post-test menggunakan uji Wilcoxon. Keberhasilan program diukur melalui peningkatan skor pengetahuan secara signifikan ($p < 0,05$), partisipasi minimal 80%, dan respons positif masyarakat.

Keberlanjutan dijaga dengan menyerahkan leaflet kepada kader kesehatan dan bidan desa untuk digunakan di posyandu dan kegiatan PKK, serta mendirikan Tensi *Corner* di pos ronda dan posyandu sebagai sarana pemeriksaan mandiri. Langkah ini diharapkan mendorong warga untuk lebih peduli terhadap kesehatan jantung dan tekanan darah dalam jangka panjang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Intervensi kesehatan yang menggabungkan penyuluhan melalui leaflet dan pengecekan tekanan darah secara gratis dari rumah ke rumah telah dilaksanakan di Dusun 1, Desa Tegalsari, pada Rabu, 1 Oktober 2025. Peserta yang disasar adalah warga berusia di atas 30 tahun, dengan jumlah keseluruhan 142 orang. Tujuan dari kegiatan ini adalah memperluas pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi dan memfasilitasi deteksi dini di tingkat rumah tangga. Berdasarkan wawancara dengan tokoh masyarakat, hipertensi dianggap sebagai masalah kesehatan utama, terutama bagi kelompok usia produktif dan pra-lansia yang sering mengeluhkan pusing dan nyeri di tengkuk. Data ini sejalan dengan hasil Survei Mawas Diri (SMD) yang mengidentifikasi rendahnya pemahaman masyarakat terhadap risiko dan pencegahan hipertensi sebagai penyebab tingginya kasus di wilayah tersebut.

Musyawarah Masyarakat Desa (MMD) memperkuat hasil SMD dan memutuskan bahwa edukasi serta pemeriksaan tekanan darah door-to-door merupakan pendekatan paling efektif, karena banyak warga jarang melakukan pemeriksaan rutin dan kesulitan memperoleh informasi kesehatan. Dalam pelaksanaannya, tim menemukan bahwa lansia kerap absen dari posyandu karena informasi jadwal hanya dikirim lewat WhatsApp, padahal sebagian besar tidak memiliki ponsel. Kondisi ini menunjukkan pentingnya metode langsung untuk menjangkau kelompok rentan.

Respon masyarakat terhadap kegiatan door-to-door sangat positif. Banyak lansia dan ibu rumah tangga menunjukkan antusiasme tinggi karena metode ini dianggap praktis, personal, dan mempermudah pemahaman materi kesehatan. Hal ini sejalan dengan penelitian (Sari et al., 2024)

yang membuktikan bahwa edukasi door-to-door mengenai diet rendah garam dan pemantauan tekanan darah meningkatkan pengetahuan, kepatuhan, dan menurunkan tekanan darah sistolik. Interaksi langsung antara tenaga kesehatan dan peserta memungkinkan materi disesuaikan dengan kebutuhan individu, meningkatkan pemahaman dan kepatuhan terhadap saran kesehatan (Ma et al., 2021). Dengan demikian, metode door-to-door terbukti efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan dan pengendalian hipertensi di komunitas dengan keterbatasan akses informasi.

Tabel 1. Karakteristik Responden pada saat Edukasi

Variabel	Klasifikasi	Frekuensi	Presentasi %
Umur	26-35	7	4,9
	36-45	31	21,8
	46-55	34	23,9
	56-65	24	16,9
	>65	46	32,4
Jenis Kelamin	Laki-laki	44	31
	Perempuan	98	69
Pendidikan	Tidak Sekolah	37	26,1
	SD	37	26,1
	SMP	29	20,4
	SMA	36	25,4
	Perguruan Tinggi	3	8,4
Total		142	

Berdasarkan tabel karakteristik responden pada saat edukasi, diketahui bahwa sebagian besar responden berusia di atas 65 tahun (32,4%), dengan kelompok usia 46–55 tahun (23,9%) menempati urutan kedua. Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (69%), sedangkan laki-laki sebanyak 31%. Dari segi pendidikan, tingkat pendidikan responden cukup beragam, namun sebagian besar berpendidikan SD dan tidak sekolah, masing-masing sebesar 26,1%, sedangkan yang berpendidikan perguruan tinggi hanya 8,4%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta edukasi adalah perempuan lanjut usia dengan tingkat pendidikan dasar. Karakteristik demografis serta sosial ekonomi dari responden ini merupakan faktor krusial yang perlu dipertimbangkan saat merancang intervensi pendidikan kesehatan, karena efektivitas program yang berbasis komunitas sangat bergantung pada keselarasan materi, metode, dan media pendidikan dengan profil target, termasuk dalam hal usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, aksesibilitas, serta preferensi dalam berkomunikasi (Ihunanya, Princess, Uchechukwu, & Abdulkareem, 2024).

Kegiatan yang dilakukan pada saat edukasi adalah edukasi tentang pencegahan hipertensi yang dilaksanakan pukul 09.00 WIB, dengan suasana yang penuh semangat dan antusias dari para masyarakat, terutama pada lansia di Dusun 1 Tegalsari. Sebelum melakukan edukasi, masyarakat mengisi *pre-test* yang menunjukkan tingkat pengetahuan dan perilaku terhadap pencegahan hipertensi. Melalui penyampaian materi yang sederhana namun informatif, mahasiswa berhasil membuka wawasan peserta mengenai pentingnya upaya pencegahan hipertensi dalam kehidupan sehari-hari. Setelah melakukan edukasi, kemudian masyarakat mengisi *post-test* dengan soal pernyataan yang sama dengan *pre-test*.



Gambar 1. Pelaksanaan Edukasi Hipertensi *Door-to-Door*

Tabel 2. Hasil *Pre-test* dan *Post-test*

Variabel	N	*Mean Rank*	*Sum of Ranks*	Z	p-value

Negative Ranks	10	28,20	282,00	-8,126	0,000
Positive Ranks	94	55,09	5178,00		
Ties	38				
Total	142				

Posttest < *Pretest*
Posttest > *Pretest*
Posttest = *Pretest*

Data yang dihasilkan dari uji Wilcoxon mengungkap bahwa dari 142 responden, 94 orang menunjukkan peningkatan skor pengetahuan setelah diberikan edukasi lewat leaflet. Sebanyak 10 orang mencatat penurunan skor, sementara 38 orang mempertahankan skor yang sama antara pretest dan posttest. Kelompok dengan peningkatan memperoleh Mean Rank 59,09 dan Sum of Ranks 5178,00, sedangkan kelompok menurun memiliki Mean Rank 28,20 dan Sum of Ranks 282,00. Perbedaan nilai peringkat ini mempertegas bahwa sebagian besar responden mengalami peningkatan pengetahuan.

Statistik menunjukkan Z = -8,126 dan p = 0,000, yang mengindikasikan perbedaan signifikan antara pretest dan posttest. Penemuan ini sesuai dengan penelitian di RSUD Tapanuli Selatan, di mana penggunaan leaflet mampu meningkatkan pengetahuan pasien hipertensi melalui akses informasi yang mandiri dan berulang (Ramadhini, Ritonga, Siregar, & Aswan, 2021). Di tingkat masyarakat, studi di Puskesmas Kecamatan Cilodong, Depok, menemukan bahwa kombinasi leaflet dan poster meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat dewasa terhadap hipertensi, terutama mereka yang memiliki keterbatasan akses pendidikan kesehatan formal (Sofaria & Musniati, 2023). Hasil yang konsisten ini memperlihatkan bahwa leaflet berperan sebagai media informasi sekaligus sarana pemberdayaan masyarakat dalam mengenali risiko hipertensi dan mendorong pencegahan secara mandiri.



Gambar 2. Pengukuran Tekanan Darah *Door-to-Door*

Efektivitas leaflet didukung oleh berbagai penelitian yang menekankan pentingnya media cetak dalam meningkatkan literasi kesehatan, terutama dikalangan individu dengan pendidikan dasar atau lansia. Peneitian pada lansia di Desa Gandatapa menemukan bahwa edukasi melalui leaflet mampu meningkatkan skor pengetahuan tentang hipertensi secara signifikan dengan pendekatan *pre-post*, yang menunjukkan bahwa media ini tetap relevan untuk kelompok usia lanjut yang memerlukan pesan kesehatan dengan bahasa yang sederhana dan visual yang jelas (Kusuma et al., 2024). Temuan tersebut didukung oleh penelitian (Ariani, Prihandiwati, Wuri, & Apriawan, 2023) di Posyandu Lansia Melati, yang membuktikan bahwa penggunaan leaflet secara efektif meningkatkan pengetahuan lansia tentang hipertensi melalui penyampaian informasi yang terstruktur dan mudah dipahami. Hasil serupa juga disebutkan oleh (Rosalina, 2022), yang menyatakan bahwa pemanfaatan leaflet secara konsisten meningkatkan pemahaman masyarakat terkait pencegahan hipertensi melalui penyampaian pesan visual dan teks sederhana yang mudah diingat. Keberhasilan leaflet dalam beragam kajian ini dapat dipahami melalui kemampuannya untuk menyampaikan informasi dengan ringkas, mudah disimpan, dapat dibaca kembali, serta memungkinkan penerimanya mencerna informasi sesuai dengan tingkat literasinya. Oleh karena itu, leaflet merupakan media edukasi yang efektif, biaya rendah, mudah diproduksi, dan sangat cocok digunakan dalam program-program

pengabdian masyarakat, terutama di daerah dengan akses terbatas terhadap informasi dan sumber daya kesehatan.

Temuan ini diperkuat oleh penelitian (Ghaffar & Asyfiradayati, 2021) dan (Nanda et al., 2024) yang sama-sama membuktikan bahwa media visual seperti poster dan video, disertai pendekatan partisipatif dan komunikasi interpersonal, efektif meningkatkan pengetahuan serta partisipasi masyarakat dalam edukasi kesehatan. Pendekatan tersebut sejalan dengan metode *door to door* yang digunakan dalam kegiatan edukasi di Tegalsari, karena melibatkan interaksi langsung dan memperhatikan karakteristik peserta, terutama lansia.

Penelitian (Wijaya & Yuswantina, 2024) juga menunjukkan peningkatan pengetahuan signifikan pada pasien hipertensi setelah intervensi leaflet ($p = 0,001$), terutama pada responden perempuan, hasil yang konsisten dengan proporsi peserta perempuan lebih dominan di Tegalsari. Secara internasional, studi (Ernawati, Fandinata, & Permatasari, 2020) dan (Parfenova et al., 2021) menegaskan bahwa pamflet edukatif mampu meningkatkan skor pengetahuan masyarakat secara signifikan ($p < 0,05$; $p < 0,001$) di berbagai konteks budaya.

Selain itu, penelitian di (Page, Erviana, & Sikin, 2023) dan (Nurvita & Mayadilanuari, 2025) menunjukkan bahwa kombinasi leaflet dan poster mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat secara bermakna. Temuan ini konsisten dengan hasil (Ardhiansyah & Rosyid, 2024) yang membuktikan bahwa intervensi edukatif non farmakologis seperti *Slow Deep Breathing* efektif menurunkan tekanan darah. Mekanisme keberhasilannya mirip dengan media edukasi leaflet, yakni melalui penyampaian pesan yang sederhana, berulang, dan mudah dipraktekkan secara mandiri, sehingga meningkatkan kesadaran dan kontrol diri pasien terhadap hipertensi.

SIMPULAN

Kegiatan edukasi dan pemeriksaan tekanan darah secara *door to door* di Dusun I Desa Tegalsari berjalan dengan lancar dan mendapat respon positif dari masyarakat. Melalui pembagian leaflet dan penyuluhan langsung, masyarakat menjadi lebih memahami tentang hipertensi, faktor risikonya, serta pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Media leaflet terbukti efektif karena berisi informasi yang sederhana, mudah diingat, dan bisa dibaca kembali kapan saja. Selain itu, kegiatan ini juga memberikan kesempatan bagi masyarakat untuk mengetahui kondisi kesehatannya melalui pemeriksaan tekanan darah gratis.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah kegiatan dilakukan. Sebagian besar peserta, terutama kelompok lansia, mampu menjelaskan kembali cara pencegahan hipertensi seperti menjaga pola makan, rutin berolahraga, dan menghindari konsumsi garam berlebih. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi berbasis kunjungan rumah dengan pendekatan langsung lebih mudah diterima oleh masyarakat dibandingkan penyuluhan kelompok besar. Dengan demikian, kegiatan ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesadaran dan perilaku masyarakat dalam menjaga kesehatan jantung dan tekanan darahnya.

SARAN

Saran untuk kegiatan selanjutnya adalah agar pelaksanaannya dilakukan secara berkelanjutan dan menjangkau seluruh lapisan masyarakat, termasuk yang memiliki keterbatasan akses ke pelayanan kesehatan. Kegiatan dapat diperluas dengan melibatkan lebih banyak kader kesehatan, bidan desa, dan pihak puskesmas agar pemeriksaan tekanan darah dan edukasi tentang pola hidup sehat dapat diterima secara merata, sehingga kesadaran masyarakat terhadap pencegahan hipertensi semakin meningkat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Rasa terima kasih yang mendalam disampaikan kepada Universitas Muhammadiyah Surakarta atas fasilitasi dan dukungan yang memungkinkan terselenggaranya kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat di Dusun 1, Desa Tegalsari, Kecamatan Weru. Dukungan serupa juga diarahkan kepada pemerintah Desa Tegalsari, kader kesehatan, serta seluruh masyarakat Dusun 1 yang memberikan izin, kerjasama, dan partisipasi aktif selama kegiatan berlangsung.

Apresiasi pun ditujukan kepada semua pihak yang membantu, baik secara langsung maupun tidak, sehingga program ini dapat berjalan lancar dan menghasilkan dampak positif nyata. Kegiatan ini diharapkan mendorong peningkatan wawasan dan praktik hidup sehat di Desa Tegalsari.

DAFTAR PUSTAKA

Abbas, F., Monroe, A., Kiware, S., Khamis, M., Serbantez, N., Al-Mafazy, A.-W., … Kigadye, E. (2023). Stakeholder perspectives on a door-to-door intervention to increase community engagement for malaria elimination in Zanzibar. *Malaria Journal*, *22*(1), 51. https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s12936-023-04474-w

Ardhiansyah, M. F. F., & Rosyid, F. N. (2024). Efektivitas Penggunaan Teknik Slow Deep Breathing untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, *5*(1), 161–167. https://doi.org/https://doi.org/10.36590/kepo.v5i1.946

Ariani, N., Prihandiwati, E., Wuri, H. I., & Apriawan, M. A. N. (2023). Pemanfaatan media leaflet terhadap tingkat pengetahuan pasien hipertensi lansia di posyandu lansia melati. *Jurnal Insan Farmasi Indonesia*, *6*(1), 166–173. https://doi.org/https://doi.org/10.36387/jifi.v6i1.1379

Badan Pusat Statistik Kabupaten Sukoharjo. (2023). *Kecamatan Weru dalam Angka 2023*. Sukoharjo.

Dewati, C. A., Natavany, A. R., Putri, Z. M., Nurfaizi, A., Rumbrawer, S. O., & Rejeki, D. S. S. (2023). Literature review: Faktor risiko hipertensi di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *11*(3), 290–307. https://doi.org/https://doi.org/10.14710/jkm.v11i3.34514

Dinas Kesehatan Sukoharjo. (2023). *Profil Kesehatan Kabupaten Sukoharjo 2023*. Sukoharjo. Retrieved from https://dkk.sukoharjokab.go.id/download/profil/Profil Kesehatan Kabupaten Sukoharjo 2023_sign.pdf

Ernawati, I., Fandinata, S. S., & Permatasari, S. N. (2020). The effect of leaflet on hypertension knowledge in hypertensive patients in community health center in Surabaya City. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*. Retrieved from https://repository.akfarsurabaya.ac.id/id/eprint/407

Ghaffar, M. L. A., & Asyfiradayati, R. (2021). Peningkatan Pengetahuan Tentang Pencegahan Hipertensi Dan Pemanfaatan Fasilitas Pelayanan Kesehatan Warga Desa Dibal Kabupaten Boyolali. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat Berkala (JIKeMB)*, *3*(1), 48–56. https://doi.org/https://doi.org/10.32585/jikemb.v3i1.1587

Ihunanya, M. K., Princess, C. S., Uchechukwu, A. C., & Abdulkareem, M. (2024). Enhancing health outcomes through community-based health education programs for underserved populations. *WORLD*, *24*(3), 3260–3283. https://doi.org/https://doi.org/10.30574/wjarr.2024.24.3.3928

Irianti, C. H., Antara, A. N., & Jati, M. A. S. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi dengan Tindakan Pencegahan Hipertensi di BPSTW Budi Luhur Bantul. *Jurnal Riset Daerah Kabupaten Bantul*, *21*(3), 4015–4032. https://doi.org/https://doi.org/10.64730/jrdbantul.v21i3.56

Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Kebijakan Nasional tentang Gizi.*

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023*. Jakarta.

Kusuma, I. Y., Nawangsari, D., Prabandari, R., Kurniasih, K. I., Fauziah, F., Abely, N. A., & Safitri, C. A. (2024). Efektivitas Leaflet dalam Meningkatkan Pengetahuan Hipertensi pada Lansia di Desa Gandatapa. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *4*(5), 431–437. https://doi.org/https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v4i5.437

Ma, Y., Lu, H., Zhang, Y., Wang, Y., Li, S., Yan, F., & Han, L. (2021). Effectiveness of home visiting on patients with hypertension: A systematic review and meta-analysis. *Medicine*, *100*(10), e24072. https://doi.org/10.1097/MD.0000000000024072

Nanda, N. D. M., Rachmania, F. S. R., Navy, T. P., Ajifadillah, R. A., Mubina, A. N., Hanan, V. A., & Kurnia, S. I. (2024). Pemberian Edukasi sebagai Upaya Pencegahan Hipertensi Menuju Lansia Bugar. *Jurnal Berkawan: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 118–124. https://doi.org/https://doi.org/10.23917/berkawan.v1i3.5993

Nilawati, I. (2023). Hipertensi merupakan Hubungan Jenis Kelamin, Pendidikan, dan Lama Menderita Hipertensi dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Puskesmas Cilacap Selatan II. *Jurnal Medika Usada*, *6*(1), 6–12. https://doi.org/https://doi.org/10.54107/medikausada.v6i1.143

Ningsih, S. S., Dewi, F. K., Surtiningsih, S., & Kurniawan, W. E. (2022). The Connection Hubungan Tingkat Hipertensi dengan Penurunan Fungsi Kognitif Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Sumbang 1: Relationship of Hypertension Level with Decreasing Cognitive Functions in the Elderly Working Area of Puskesmas Sumbang 1. *Journal of Nursing and Health*, *7*(2), 101–107. https://doi.org/https://doi.org/10.52488/jnh.v7i2.170

Nuruddani, S., Rahman, H. F., Nugroho, S. A., Andayani, S. A., & Wahid, A. H. (2019). Pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan booklet berbahasa madura terhadap self management pada klien hipertensi di poli jantung RSUD Dr. Abdoer rahem situbondo. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, *4*(2). https://doi.org/https://doi.org/10.30651/jkm.v4i2.2703

Nurvita, S., & Mayadilanuari, A. M. (2025). Efektivitas leaflet hipertensi terhadap tingkat pengetahuan masyarakat. *Holistik Jurnal Kesehatan*, *19*(1), 48–53.

Page, M. T., Erviana, E., & Sikin, A. G. (2023). Media Leaflet dan poster pada tingkat pengetahuan masyarakat tentang hipertensi. *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, *4*(1), 36–45. https://doi.org/https://doi.org/10.36590/kepo.v4i1.568

Parfenova, M., Côté, A.-M., Cumyn, A., Pesant, M.-H., Champagne, M., Roy-Lacroix, M.-È., … Sauvé, N. (2021). Impact of an educational pamphlet on knowledge about health risks after hypertensive disorders of pregnancy: a randomized trial. *Journal of Obstetrics and Gynaecology Canada*, *43*(2), 182–190. https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jogc.2020.07.008

Patil, T., Jana, A., & Gaurav, S. (2025). Unravelling sex-and-gender-specific risk factors of hypertension in India: insights from NFHS 5 (2019–21). *Discover Public Health*, *22*(1), 55.

Ramadhini, D., Ritonga, N., Siregar, Y. F., & Aswan, Y. (2021). The Effect of Health Education by Using Leaflet Media to Increase the Knowledge of Hypertension Patients in Outpatients At South Tapanuli District Hospital: The Effect of Health Education by Using Leaflet Media to Increase the Knowledge of Hypertension Pa. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, *6*(1), 121–125. https://doi.org/https://doi.org/10.51933/health.v6i1.417

Rasnawati, R., Zainal, S., & Fajriansi, A. (2023). Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap dengan Kontrol Diet Rendah Garam pada Penderita Hipertensi: Hipertensi saat ini masih menjadi masalah kesehatan yang merupakan salah satu penyakit degeneratif dan seringkali disebut dengan istilah the silent killer (p. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, *3*(4), 151–158. https://doi.org/https://doi.org/10.35892/jimpk.v3i4.1092

Rosalina, E. (2022). Pengaruh promosi kesehatan dengan media Leaflet terhadap peningkatan pengetahuan pencegahan hipertensi pada lansia di Kampung Sawah Jakarta utara. *Carolus Journal of Nursing*, *4*(1), 1–12. https://doi.org/https://doi.org/10.37480/cjon.v4i1.67

Sari, D. W., Amartasari, C. K., Ayuntyas, H., Akhsinadya, F., Baroya, H., Ferinasmara, F. F., … Wati, F. I. (2024). The Effect of a nurse's home visit intervention on knowledge, dietary salt adherence, and blood pressure in hypertensive patients at primary health care. *Jurnal Keperawatan*, *15*(02). https://doi.org/https://doi.org/10.22219/jk.v15i02.25376

Sofaria, N. R., & Musniati, N. (2023). Efektivitas media leaflet dan poster terhadap pengetahuan dan sikap penyakit hipertensi pada masyarakat di Puskesmas Kecamatan Cilodong Depok Tahun 2023. *Journal of Public Health Innovation*, *4*(01), 209–216. https://doi.org/https://doi.org/10.34305/jphi.v4i01.858

Tampi, M. L., Kepel, B. J., Rombot, D. V, Kapantow, N. H., & Korompis, G. E. C. (2025). Efektivitas Media Edukasi Video dan Leaflet dalam Peningkatan Pengetahuan tentang Manfaat Daun Kelor pada Pasien Dislipidemia: Studi di Puskesmas Kakaskasen Tomohon. *Jurnal Promotif Preventif*, *8*(3), 684–691. https://doi.org/https://doi.org/10.47650/jpp.v8i3.2131

Wijaya, L. A., & Yuswantina, R. (2024). Pengaruh Pemberian Edukasi Menggunakan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Pasien Hipertensi di Puskesmas Leyangan: The Effect of Providing Education Using Leaflet Media on the Knowledge of Hypertension Patients at the Leyangan Community Health Center. *Journal of Holistics and Health Sciences*, *6*(1). https://doi.org/https://doi.org/10.35473/jhhs.v6i1.402