



Peningkatan Literasi Kesehatan Masyarakat Pesisir Melalui Skrining dan Edukasi Pencegahan Hipertensi

**Dian Ayu Fitriani^{1*}, Juliani Ibrahim², Ummu Kaltsum Malik³, Hairul Anwar⁴, Wiwiek
Dewiyanti Habar⁵**

^{1,2} Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar

³ Departemen Patologi Anatomi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar

⁴ Departemen Patologi Klinik, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar

⁵ Departemen Ilmu Kesehatan Kulit dan Kelamin, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar

Email: dianayufitriani@med.unismuh.ac.id*

RIWAYAT ARTIKEL

Received: 2025-06-24

Revised : 2025-07-14

Accepted: 2025-07-24

KEYWORD

Hypertension

Age

Education

Preventif

KATA KUNCI

Hipertensi

Usia

Edukasi

Pencegahan

ABSTRACT

Hypertension is a non-communicable disease that often presents without symptoms, leading it to be frequently overlooked despite the risk of serious complications. The prevalence of hypertension, both globally and nationally, has shown a significant increase, including in the coastal areas of Barrang Caddi Island in Makassar, where coastal communities have a habit of consuming high-sodium foods and leading unhealthy lifestyles. The objective of this activity is to improve health literacy and conduct early detection of hypertension risk through blood pressure measurements. The methods used include an initial survey, including superficial interviews with the local community regarding common health issues, followed by blood pressure screening, medical consultations, and interactive health education sessions involving 132 respondents. The examination results showed that the average age of respondents was 47 years, with systolic blood pressure at 127.11 mmHg and diastolic blood pressure at 80.78 mmHg. Of the total number of respondents, 49% of the population were in the pre-hypertension category, 16% in stage I hypertension, and 8% in stage II hypertension. However, improving health literacy remains crucial to prevent respondents from falling into worse categories, underscoring the importance of early promotive and preventive interventions in coastal communities to further reduce hypertension risk.

ABSTRAK

Hipertensi merupakan suatu penyakit tidak menular yang seringkali muncul tanpa gejala sehingga kerap diabaikan meski berisiko menimbulkan komplikasi yang serius. Prevalensi kejadian hipertensi baik secara global maupun nasional menunjukkan peningkatan yang signifikan, termasuk di wilayah pesisir Pulau Barrang Caddi Makassar, dimana masyarakat pesisir memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi natrium serta gaya hidup tidak sehat. Tujuan dari kegiatan ini untuk meningkatkan literasi kesehatan dan melakukan deteksi dini risiko hipertensi melalui pemeriksaan tekanan darah. Metode yang digunakan yaitu survey terlebih dahulu termasuk wawancara superfisial kepada masyarakat sekitar terkait gangguan kesehatan yang sering dialami, lalu skrining pemeriksaan tekanan darah, konsultasi medis dan penyuluhan interaktif yang melibatkan 132 responden. Hasil pemeriksaan menunjukkan rata-rata responden berada pada usia produktif 47 tahun, dengan tekanan darah sistolik

127.11 mmHg dan diastolic 80.78 mmHg. Dari seluruh jumlah responden, sebanyak 49% mayoritas penduduk berada pada kategori pre hipertensi, 16% hipertensi derajat I, dan 8% hipertensi derajat II. Meski demikian peningkatan literasi masih sangat diperlukan untuk mencegah responden jatuh pada kategori yang lebih buruk sehingga pentingnya intervensi promotif dan preventif lebih awal pada komunitas masyarakat pesisir dalam menekan risiko hipertensi lebih lanjut.

1. Pendahuluan

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang seringkali diabaikan oleh masyarakat namun berdampak buruk bagi kesehatan jika dibiarkan terus menerus tanpa pengobatan yang rutin. Angka kejadian hipertensi secara global pada tahun 2010 memperkirakan sekitar 31,1% populasi dewasa dunia atau sekitar 1,39 miliar orang menderita hipertensi. Dari jumlah tersebut, sebagian besar berasal dari negara dengan tingkat ekonomi yang menengah ke bawah. (Mills et al., 2020). Sedangkan data hipertensi secara nasional mengalami peningkatan dari tahun 2013 sebesar 25.8% menjadi 34.1% di tahun 2018. Diperkirakan hanya 1/3 kasus hipertensi yang terdiagnosis, sisanya tidak terdiagnosis. (Riskesdas, 2018).

Peningkatan angka kejadian hipertensi ini salah satunya disebabkan adanya distribusi beban penyakit dan pengaruh faktor risiko yang bervariasi antar wilayah. Faktor risiko tersebut diantaranya tingginya konsumsi natrium, rendahnya asupan kalium, obesitas, kurangnya aktivitas fisik, serta pola makan yang tidak sehat. (Mills et al., 2020). Kebiasaan konsumsi makanan tinggi natrium dan pola hidup tidak sehat lainnya umumnya ditemukan pada masyarakat yang tinggal di wilayah pesisir, termasuk di Pulau Barrang Caddi, Makassar. Kebiasaan ini menjadi faktor risiko yang sangat rentan menyebabkan terjadinya peningkatan tekanan darah.

Pulau Barrang Caddi dihuni oleh mayoritas penduduk yang berprofesi sebagai nelayan pancing yang menangkap ikan disekitar pulau serta daerah kawasan terumbu karang diluar perairan Kota Makassar. Survey awal yang telah dilakukan oleh peneliti bahwa didapatkan konsumsi makanan utama mayoritas penduduk adalah protein hewani yaitu ikan laut. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Mustafa dkk bahwa persentase konsumsi makanan yang bersumber hanya dari protein hewani sebesar 90%. Sisanya masyarakat pesisir Pulau Barrang Caddi mengkonsumsi pangan campuran antara protein hewani dan nabati. (Mustafa et al., 2020)

Sehubungan dengan kebiasaan dan faktor risiko tersebut, maka pelaksanaan kegiatan

pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk edukasi dan pemeriksaan tekanan darah terkait pencegahan hipertensi merupakan upaya yang relevan dan memiliki urgensi yang tinggi khususnya bagi masyarakat pesisir guna meningkatkan kesadaran dan perilaku hidup sehat dalam rangka menurunkan risiko dan prevalensi hipertensi.

2. Tinjauan Literatur

Masalah hipertensi masih menjadi masalah global yang paling banyak dialami oleh masyarakat. Seringkali diabaikan karena gejala yang kadang tidak terlihat namun memiliki potensi risiko yang fatal terutama jika disertai dengan komplikasi. Salah satu komplikasi yang paling sering adalah penyakit kardiovaskuler, diabetes, dan stroke. Prevalensi hipertensi di dunia mencapai 1.13 miliar dan diperkirakan dapat mencapai 1.5 miliar di tahun 2025. (Riskesdas, 2018). Data secara nasional juga menunjukkan peningkatan angka kejadian hipertensi. Prevalensi tertinggi ditemukan di Provinsi Kalimantan Selatan (44.1%), sementara yang terendah di Provinsi Papua (22.2% (Riskesdas, 2018). Akses yang terbatas terhadap layanan kesehatan yang terjangkau menjadi salah satu masalah bahwa rendahnya indeks cakupan layanan universal (Universal Service Coverage Index). (WHO, 2024)

Mengingat komplikasi serius dari penyakit hipertensi ini, World Hypertension League (WHL) menginisiasi kesadaran masyarakat secara global terhadap bahaya tekanan darah tinggi. Tema yang diusung pada tahun 2025 adalah “*Measure Your Blood Pressure Accurately, Control it, Live Longer*” menekankan bahwa pengukuran tekanan darah secara akurat dan berkesinambungan sangat diperlukan, agar pasien dapat hidup lebih berkualitas dan produktif. Oleh karena itu, tim pengabdian bergerak ke daerah pesisir untuk melakukan skrining tekanan darah dan peningkatan literasi untuk meningkatkan kesadaran masyarakat untuk lebih peduli terhadap kesehatan jantung termasuk tekanan darahnya. (WHO, 2024)

3. Metode Penelitian

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dalam bentuk penyuluhan gejala penyakit, diagnosis, terapi dan pencegahan hipertensi melalui metode presentasi dan sesuai interaktif. Beberapa masyarakat belum pernah melakukan pemeriksaan kesehatan sebelumnya sehingga pemeriksaan ini berfungsi sebagai skrining kesehatan untuk mengetahui status tekanan darahnya. Kegiatan ini dilakukan melalui berbagai tahapan diantaranya :

a. Survey awal dan persiapan

Pada tahap ini dilakukan pra survey ke pulau melalui koordinasi dengan Puskesmas Pembantu setempat terkait masalah kesehatan terbanyak di pulau tersebut. Sebagian besar masyarakat mengeluhkan tentang gejala nyeri kepala dan tengkuk yang tegang. Didasarkan pertimbangan tersebut dan faktor risiko masyarakat pesisir maka tim memutuskan untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat di Pulau Barrang Caddi Makassar dengan target sasaran adalah masyarakat umum berjumlah 132 orang.



Gambar 1. Tim Pengabdian Kesehatan Masyarakat Pesisir

b. Pelaksanaan

Kegiatan dilakukan pada tanggal 29 Oktober 2024, diawali dengan pemeriksaan tekanan darah kemudian dilanjutkan konsultasi kesehatan oleh tim dokter. Setelah itu ditutup dengan penyuluhan untuk meningkatkan edukasi dan literasi pemahaman dalam mencegah penyakit hipertensi.



Gambar 2. Tim Pengabdian melakukan Pemeriksaan Tekanan Darah dan Konsultasi Dokter

Setelah skrining pemeriksaan tekanan darah, kegiatan dilanjutkan dengan penyuluhan untuk

meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya pengukuran tekanan darah yang rutin, gejala dan tanda, serta tatalaksana edukasi kepatuhan pengobatan yang harus dilakukan oleh masyarakat.



Gambar 3. Tim Pengabdian Melakukan Peningkatan Literasi melalui Penyuluhan kepada Masyarakat Pesisir

c. Evaluasi kegiatan

Evaluasi ini dilakukan melalui pengisian kuesioner kepuasan masyarakat terhadap kegiatan pengabdian yang telah dilakukan dan pengumpulan serta rekapitulasi data hasil pemeriksaan.

4. Hasil

Tabel 1. Karakteristik Responden Masyarakat Pulau Pesisir

Variabel	Frekuensi (n)	Persen (%)	Rerata ± SD
Umur (tahun)	132	100%	46.8 ± 14.43 tahun
Jenis Kelamin			
- Laki-laki	24	18.2%	
- Perempuan	108	81.8%	
Tekanan Darah			
- Sistolik			127 ± 18 mmHg
- Diastolik			80 ± 11 mmHg

Dari hasil tabel 1 diatas dapat menunjukkan bahwa rata-rata usia responden adalah 47 tahun dan termasuk usia produktif. Selain itu, pada hasil ini juga menunjukkan karakteristik responden terbanyak adalah perempuan (81.8%).

Tabel 2. Distribusi Hasil Pengukuran Tekanan Darah Masyarakat Pulau Pesisir

Variabel	Frekuensi (n)	Persen (%)
Tekanan Darah menurut JNC VII		
- Normal : <120/80 mmHg	35	27%
- Pre Hipertensi : 120-139/80-89 mmHg	65	49%
- Hipertensi Grade I : 140-159/90-99 mmHg	21	16%
- Hipertensi Grade II : ≥ 160/100 mmHg	11	8%

Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah didapatkan rata rata tekanan darah sistolik sekitar

127 mmHg dan diastolik 80 mmHg. Distribusi dari 132 responden, menunjukkan mayoritas responden termasuk dalam kategori pre hipertensi (49%), kemudian yang termasuk hipertensi grade I (16%) dan hipertensi grade II (8%).

5. Diskusi

Dari hasil pada tabel 1 menunjukkan mayoritas usia berada pada usia produktif yaitu 47 tahun. Seiring bertambahnya usia, maka terjadi perubahan patologis dalam tubuh dan risiko peningkatan kejadian penyakit kronis. Peningkatan usia ini juga disertai dengan potensi risiko hipertensi akibat berkurangnya elastisitas pembuluh darah dan cenderung terjadi kekakuan, sehingga darah yang dipaksa untuk melalui jalur pembuluh yang sempit daripada biasanya menjadi lebih tinggi (Siregar et al., 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putra, dkk bahwa terdapat hubungan antara usia dan status gizi dengan kejadian hipertensi. Dibandingkan dengan responden remaja, pada hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa responden lansia menunjukkan peningkatan risiko hipertensi hingga 12 kali lipat (Age et al., 2021). Di antara individu dengan hipertensi, perbedaan jenis kelamin dalam hipertensi yang tidak terkontrol lebih jelas. Perbedaan jenis kelamin dalam prevalensi hipertensi terkontrol dan tidak terkontrol bervariasi berdasarkan usia, responden perempuan usia 43–46 tahun (38,8%) lebih sedikit menderita hipertensi dibanding laki-laki (42,9%), sedangkan responden perempuan usia 91–94 tahun lebih banyak menderita hipertensi (94,7%) daripada laki-laki (90,3%) yang menderita hipertensi. (Fryar et al., 2024; Yeo et al., 2024). Penelitian ini sejalan dengan Abalos, dkk menunjukkan bahwa sebanyak 69,1% usia produktif ke atas menderita hipertensi namun 61,6% yang peduli dan sadar akan penyakitnya, sisanya 51,5% tidak melakukan pengobatan. Diantara faktor-faktor yang melatarbelakanginya seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, pola kehidupan berperan dalam prevalensi hipertensi, kesadaran akan hipertensi, kurangnya pengobatan dan pengendalian tekanan darah yang tidak optimal (Abalos et al., 2024). Seiring bertambahnya usia, maka terjadi perubahan patologis dalam tubuh dan risiko peningkatan kejadian penyakit kronis. Hal ini disebabkan oleh perubahan struktur pada pembuluh darah besar, sehingga lumen menjadi lebih kaku dan sempit, terjadi resistensi pembuluh darah sebagai akibat dari peningkatan tekanan darah sistolik (Islam et al., 2025; Walle-Hansen et al., 2024). Laki-laki memiliki tekanan darah sistolik yang lebih tinggi

daripada perempuan pada usia paruh baya. Rata-rata tekanan darah sistolik meningkat dari 113 mmHg pada wanita dan 118 mmHg pada pria pada dengan responden termuda (usia 43–46 tahun) menjadi 140 mmHg pada wanita dan 133 mmHg pada pria pada responden tertua (usia 91–94 tahun). Rata-rata tekanan darah diastolik menurun seiring bertambahnya usia. Wanita paruh baya memiliki tekanan darah diastolik yang lebih rendah dibandingkan pria (72 mmHg pada wanita dan 77 mmHg pada pria), tetapi pada usia yang lebih tua, tekanan darah diastolik sebanding berdasarkan jenis kelamin (64 mmHg pada wanita dan 64 mmHg pada pria) (Yeo et al., 2024). Hasil penelitian yang ditunjukkan pada tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik mencapai 127,11 mmHg. Hal ini mengindikasikan bahwa mayoritas masyarakat pesisir masih memiliki kadar tekanan darah yang dapat ditoleransi. Hasil tersebut sejalan dengan mayoritas terbanyak responden berada dalam kategori pre hipertensi. Penelitian lain yang mendukung dengan kondisi penduduk yang sama diperoleh mayoritas responden masyarakat pesisir memiliki penyakit pre hipertensi cenderung menuju derajat 1 dengan kadar tekanan darah >130/90 mmHg, sebagian besar dipengaruhi oleh kebiasaan makan dan aktivitas fisik (Fitri et al., 2022; Nafi' & Putriningtyas, 2023; Nugroho & Masrika, 2023; Siregar et al., 2020). Meski demikian, peningkatan literasi pengetahuan tetap harus dilakukan mengingat kebiasaan masyarakat pesisir mengkonsumsi makanan laut yang cenderung memiliki kandungan natrium yang tinggi, serta pola hidup tidak sehat lainnya. Hasil dari pemeriksaan tekanan darah yang didapatkan pada masyarakat pesisir sejalan dengan penelitian lain yang menyoroti bahwa pada subkelompok kecil ditemukan mayoritas perempuan memiliki tekanan darah sistolik yang tinggi menjadi faktor risiko utama bagi kejadian stroke (Walle-Hansen et al., 2024).

6. Kesimpulan dan Saran

Pemeriksaan kesehatan dan skrining tekanan darah pada masyarakat pulau pesisir dapat meningkatkan kesadaran dan kepedulian terhadap penyakit hipertensi. Mengingat hipertensi adalah suatu penyakit yang seringkali tidak terlihat gejala dominannya namun dapat berdampak fatal bagi kesehatan (*silent killer*). Kegiatan ini sangat disarankan rutin dilakukan termasuk evaluasi kadar tekanan darah masyarakat dalam rangka deteksi dini penyakit sehingga dapat diberikan tatalaksana

yang terbaik untuk mencegah perburukan atau komplikasi yang lebih berat.

7. Ucapan Terimakasih

Ucapan terimakasih kami haturkan kepada pihak yang membantu kegiatan pengabdian ini, termasuk Bapak Kepala Camat dan Kepala Lurah masyarakat pesisir Pulau Barrang Caddi, serta Fakultas Kedokteran yang menugaskan dan mempercayakan tim pengabdian untuk melaksanakan kegiatan ini

8. Referensi

- Abalos, J. B., Saito, Y., Ramos, M. A. J., & Cruz, G. T. (2024). Prevalence, awareness, treatment, and control of hypertension among older adults in the Philippines. *The Journals of Gerontology: Series A, Biological Sciences and Medical Sciences*, 79(2).
<https://doi.org/10.1093/gerona/glad155>
- Age, A. O. F., Habit, S., Status, N., Influence, T., & Hypertension, O. N. (2021). [Title not available]. *Jurnal Berkala*, 9(1), 10–17.
<https://doi.org/10.20473/jbe.v9i12021.10>
- Fitri, Ihsan, H. M., & Ananda, S. H. H. (2022). Hubungan konsumsi natrium dan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada masyarakat pesisir lingkungan Lemo-Lemo, Kabupaten Bombana. *Jurnal Gizi Ilmiah (JGI)*, 9, 1–7.
<https://stikesks-kendari.e-journal.id/JGI>
- Fryar, C. D., Kit, B., Carroll, M. D., & Afful, J. (2024). Hypertension prevalence, awareness, treatment, and control among adults age 18 and older: United States, August 2021–August 2023. *NCHS Data Brief*, 511.
- Islam, M. M., Hossain, M. S., Rahman, M. M., Nakamura, R., & Sato, M. (2025). Healthy lifestyle knowledge and age at hypertension diagnosis: A primary health care based survey in Bangladesh. *Journal of Human Hypertension*, 39(6), 448–456.
<https://doi.org/10.1038/s41371-025-01019-3>
- Mills, K. T., Stefanescu, A., & He, J. (2020). The global epidemiology of hypertension. *Nature Reviews Nephrology*, 16(4), 223–237.
<https://doi.org/10.1038/s41581-019-0244-2>
- Mustafa, M. D., Arief, A. A., Amiluddin, & Firman. (2020). Analisis kerentanan dan ketahanan pangan rumah tangga nelayan pemancing di pulau-pulau kecil. *Jurnal IPTEKS PSP*, 7(14), 151–162.
<https://doi.org/10.20956/jipsp.v7i14.11656>
- Nafi', S. U., & Putriningtyas, N. D. (2023). Faktor yang memengaruhi kejadian hipertensi

masyarakat pesisir (studi pada masyarakat wilayah kerja Puskesmas Kedung II Jepara). *Journal of Nutrition College*, 12(1), 53–60.
<https://doi.org/10.14710/jnc.v12i1.36230>

- Nugroho, A. W., & Masrika, N. U. E. (2023). Implementasi Studi TENSI sebagai upaya pencegahan peningkatan kejadian hipertensi masyarakat pesisir Kota Ternate. *Inovasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 37–42.
<https://doi.org/10.54082/ijpm.108>
- Riskesdas. (2018). *Laporan Nasional RKD 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.
- Siregar, P. A., Fatimah, S., Simanjuntak, S., Harianti, F., Ginting, B., Tarigan, S., Hanum, S., & Utami, F. S. (2020). Masyarakat pesisir Kota Medan (aspek sosial budaya masyarakat pesisir). *Jurnal Pembangunan Perkotaan*, 8, 1–8.
- Walle-Hansen, M. M., Hagberg, G., Myrstad, M., Berge, T., Vigen, T., Ihle-Hansen, H., Thommessen, B., Ariansen, I., Lyngbakken, M. N., Røsjø, H., Rønning, O. M., Tveit, A., & Ihle-Hansen, H. (2024). Systolic blood pressure at age 40 and 30-year stroke risk in men and women. *Open Heart*, 11(2).
<https://doi.org/10.1136/openhrt-2024-002805>
- World Health Organization. (2024). [World Hypertension Day 2024].
<https://www.who.int/southeastasia/news/detail/17-05-2024-world-hypertension-day>
- Yeo, W.-J., Abraham, R., Surapaneni, A. L., Schlosser, P., Ballew, S. H., Ozkan, B., Flaherty, C. M., Yu, B., Bonventre, J. V., Parikh, C. R., Kimmel, P. L., Vasan, R. S., Coresh, J., & Grams, M. E. (2024). Sex differences in hypertension and its management throughout life. *Hypertension*, 81(11), 2263–2274.
<https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONA.124.22980>



© 2025 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution Share Alike (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).