

Pencegahan dan Deteksi Hipertensi Melalui Skrining pada Masyarakat Gampong Pantee Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar

Irma Hamisah^{1✉}, Wirna Lita Astuti¹, Alif Lia Rinzani¹, Nisfua Nabila¹, Nazira Putri Nasabi¹, Khansa Navisa¹, Syifa Syafwah Falia¹, Putri Mutiara Ashiffa¹, Aulia Oktaviani¹, Sari Nur Asyifa¹, Suhaz Miranza¹, Naziratul Nisa¹, Siti Alifia¹, Asyahirah¹, Nur Hasanah¹, Tiara Antika¹, Fera Fadila¹, Tarisha Cantika Putri¹, Nabila Safira¹

(1) Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Aceh

Abstrak

Hipertensi dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan serius seperti penyakit jantung dan stroke jika tidak ditangani dengan baik. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk melakukan deteksi dini dan meningkatkan kesadaran masyarakat melalui skrining hipertensi dengan pengukuran tekanan darah dan identifikasi gejala klinis secara terpadu. Metode yang digunakan adalah skrining kuantitatif dan observasi klinis melalui pengisian kuesioner. Kegiatan dilaksanakan pada 23 Februari 2025 dengan melibatkan 40 warga di Gampong Pantee, Kecamatan Ingin Jaya, Kabupaten Aceh Besar. Hasil menunjukkan prevalensi yang cukup tinggi, 65% responden teridentifikasi memiliki hipertensi. Analisis validitas gejala klinis menunjukkan bahwa lesu memiliki sensitivitas tertinggi (80%) sebagai indikator hipertensi, diikuti oleh pusing (73%) dan penglihatan kabur (61%). Sementara itu, gejala nyeri kuduk dan telinga berdengung menunjukkan sensitivitas yang lebih rendah. Kegiatan ini membuktikan bahwa skrining berbasis masyarakat efektif dalam mendeteksi kasus hipertensi secara dini. Program ini diharapkan dapat menjadi langkah preventif dalam menurunkan angka prevalensi hipertensi serta mendorong masyarakat untuk melakukan pemantauan kesehatan secara mandiri dan berkelanjutan.

Kata Kunci: Hipertensi, skrining, deteksi dini, validitas skrining

Abstract

Hypertension can lead to various serious health issues if left untreated, such as heart disease and stroke. This community service activity aims to perform early detection and increase public awareness through hypertension screening using integrated methods of blood pressure measurement and clinical symptom identification. The methods employed were quantitative screening and clinical observation through questionnaires. The activity was conducted on February 23, 2025, involving 40 residents in Gampong Pantee, Ingin Jaya District, Aceh Besar Regency. The results showed a high prevalence rate, where 65% of respondents were identified having hypertension. Validity analysis of clinical symptoms indicated that lethargy had the highest sensitivity (80%) as an indicator of hypertension, followed by dizziness (73%) and blurred vision (61%). Meanwhile, symptoms such as stiff neck and ringing in the ears showed lower sensitivity. This activity proves that community-based screening is effective in early detecting of hypertension. This program is expected to serve as a preventive measure to reduce hypertension prevalence and encourage the community to conduct independent and sustainable health monitoring.

Keywords: Hypertension, screening, early detection, screening validity

✉ Correspondensi
Alamat: Fakultas
Kesehatan Masyarakat,
Universitas
Muhammadiyah Aceh,
Banda Aceh, Indonesia

Email:
irma.hamisah@unmuha.ac.id

Received: 02/07/2025
Accepted: 25/04/2026
Published: 30/04/2026

DOI:
<https://doi.org/10.6380/0/39q8nc79>

Pendahuluan

Orang dewasa merupakan kelompok yang berada pada fase usia produktif dengan berbagai dinamika gaya hidup yang berdampak langsung pada kondisi kesehatan jangka panjang (Lubis et al., 2023). Pada fase ini, kewaspadaan terhadap penyakit tidak menular (PTM) menjadi semakin penting seiring dengan meningkatnya paparan terhadap faktor risiko lingkungan serta perubahan pola hidup masyarakat modern (WHO, 2021). Namun demikian, banyak individu masih memiliki keterbatasan dalam mengenali kondisi kesehatan mereka sendiri, yang sering kali menyebabkan keterlambatan dalam penanganan medis.

Hipertensi, sebagai salah satu PTM utama, telah menjadi masalah kesehatan global yang signifikan dengan prevalensi yang terus meningkat. Secara global, WHO (2021) mencatat sekitar 1,28 miliar orang mengalami hipertensi, di mana sebagian besar penderita berada di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Kondisi ini menjadi penyebab utama penyakit kardiovaskular seperti penyakit jantung koroner dan stroke (Dinkes Prov. Kepri, 2022). Tanpa intervensi yang tepat, jumlah penderita hipertensi diperkirakan akan terus melonjak hingga mencapai 1,5 miliar orang pada tahun 2025. Di Indonesia, tren peningkatan prevalensi hipertensi menunjukkan kondisi yang mengkhawatirkan. Berdasarkan data Riskesdas, angka prevalensi meningkat dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018 (Lubis et al., 2023). Masalah utama yang dihadapi bukan hanya tingginya angka kasus, melainkan juga fakta bahwa sebagian besar penderita tidak terdeteksi (*unaware*) dan tidak mendapatkan penanganan medis yang sesuai. Dampaknya sangat serius, di mana hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa hipertensi berkontribusi hingga 22,2% terhadap angka disabilitas penduduk akibat penyakit tidak menular (Inggani et al., 2025).

Rendahnya tingkat deteksi dini pada masyarakat menjadi salah satu faktor yang memperburuk kondisi ini. Hipertensi sering dijuluki sebagai "the silent killer" karena gejalanya sering tidak disadari hingga terjadi komplikasi organ target (Kusuma, 2021). Kurangnya pemahaman masyarakat dalam memvalidasi gejala klinis seperti pusing, nyeri kuduk, dan kelelahan (*lesu*) sebagai indikator tekanan darah tinggi berpotensi meningkatkan risiko kematian mendadak dan kecacatan permanen (Inggani et al., 2025). Oleh karena itu, kemampuan deteksi dini melalui skrining mandiri dan pengenalan gejala klinis menjadi kunci utama dalam upaya pencegahan.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa intervensi berbasis skrining kesehatan rutin di tingkat komunitas memiliki potensi signifikan dalam menurunkan risiko komplikasi kardiovaskular (Kusuma, 2021; Lubis et al., 2023). Pendekatan yang bersifat langsung, edukatif, dan kontekstual di masyarakat desa menjadi strategi efektif dalam meningkatkan cakupan deteksi dini. Melalui perilaku 'CERDIK' dan 'PATUH' serta penguatan *self-awareness* dalam pengukuran tekanan darah secara rutin, angka prevalensi dan komplikasi hipertensi dapat ditekan secara sistematis.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini mengusung konsep skrining terpadu yang mencakup pengukuran tekanan darah objektif dan analisis sensitivitas gejala klinis. Melalui pendekatan ini, masyarakat diajak untuk tidak hanya mengetahui angka tekanan darah mereka, tetapi juga mengenali keluhan-keluhan fisik yang memiliki korelasi kuat dengan hipertensi. Program ini diharapkan dapat membangun kesadaran kolektif warga dalam menciptakan pola hidup sehat dan mendorong pemantauan kesehatan secara mandiri dan berkelanjutan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk melakukan skrining hipertensi dan identifikasi gejala klinis pada masyarakat di Gampong Pantee, Kabupaten Aceh Besar. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam upaya promotif dan preventif kesehatan, khususnya dalam

meningkatkan kualitas hidup masyarakat melalui deteksi dini risiko penyakit kardiovaskular di era kesehatan preventif.

Metodologi

Desain Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan skrining preventif-partisipatif yang mengintegrasikan pemeriksaan kesehatan fisik dengan edukasi nutrisi berbasis pangan lokal. Pendekatan ini bertujuan untuk mendeteksi secara dini prevalensi hipertensi pada masyarakat sekaligus meningkatkan pemahaman mereka mengenai peran penting pola diet kaya potasium dalam mengontrol tekanan darah.

Lokasi dan Sasaran

Kegiatan dilaksanakan di Gampong Pantee, Kecamatan Ingin Jaya, Kabupaten Aceh Besar, pada tanggal 23 Februari 2025. Sasaran kegiatan adalah masyarakat setempat dengan jumlah peserta sebanyak 40 orang. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan. Meliputi koordinasi dengan perangkat desa (Geuchik), bidan desa, dan kader kesehatan setempat untuk mobilisasi massa. Pada tahap ini juga dilakukan penyiapan instrumen skrining yang terdiri dari alat kesehatan (Tensimeter digital) serta penyusunan kuesioner wawancara klinis terkait gejala hipertensi.
2. Tahap Pelaksanaan. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pengumpulan masyarakat untuk mengikuti pembukaan dan penjelasan alur kegiatan. Selanjutnya, dilakukan pemeriksaan fisik berupa pengukuran tekanan darah untuk mendeteksi status hipertensi responden secara kuantitatif. Bersamaan dengan pemeriksaan fisik, dilakukan wawancara terstruktur mengenai gejala klinis yang sering dirasakan peserta.



Gambar 1. Proses pemeriksaan tekanan darah dan pengumpulan data gejala klinis masyarakat.

3. Selanjutnya, kegiatan dilakukan melalui sesi edukasi interaktif, diskusi, dan simulasi pemenuhan nutrisi bagi penderita hipertensi melalui pendekatan "Pilih, Batasi, Konsumsi":
 - a. Pilih: Edukasi mengenai pemilihan jenis bahan pangan, khususnya buah-buahan yang memiliki kandungan potasium tinggi.
 - b. Batasi: Penjelasan mengenai pentingnya membatasi asupan sodium (garam) dan makanan olahan.
 - c. Konsumsi: Praktik langsung melalui pembagian buah-buahan kepada peserta sebagai bentuk stimulasi perilaku hidup sehat.



Gambar 2. Sesi edukasi manajemen nutrisi dan pemberian asupan buah-buahan kepada masyarakat Gampong Pantee.

Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan menggunakan instrumen skrining terstruktur dan kuesioner gejala klinis yang mengukur: 1) Status tekanan darah melalui pengukuran tensimeter digital, 2) Kehadiran gejala klinis terkait hipertensi, 3) Korelasi antara keluhan fisik dengan hasil pengukuran tekanan darah. Kuesioner gejala disusun dalam bentuk skala dikotomis (Ya/Tidak) untuk mengidentifikasi prevalensi keluhan seperti pusing, penglihatan kabur, lesu, nyeri kuduk, dan telinga berdengung.

Data yang diperoleh dianalisis secara kuantitatif menggunakan analisis deskriptif untuk melihat distribusi frekuensi penderita hipertensi di Gampong Pantee. Selanjutnya, dilakukan analisis validitas gejala melalui penghitungan persentase sensitivitas untuk menentukan gejala mana yang paling akurat sebagai indikator tekanan darah tinggi pada responden. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel prevalensi dan narasi untuk menggambarkan efektivitas skrining kesehatan dalam mendeteksi kasus hipertensi secara dini di masyarakat.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 40 orang warga Gampong Pantee, Kecamatan Ingin Jaya, Kabupaten Aceh Besar, dengan rentang usia peserta yang mencakup kelompok usia produktif hingga lanjut usia.

Hasil Skrining dan Validitas Gejala

Evaluasi efektivitas program dilakukan dengan membandingkan hasil pengukuran tekanan darah objektif terhadap keluhan klinis yang dirasakan oleh responden untuk menentukan nilai validitas skrining.

Tabel 1. Hasil Skrining Kesehatan dan Identifikasi Gejala Hipertensi Masyarakat Gampong Pantee

Variabel	Hasil	Frekuensi
Status Tekanan Darah		
Hipertensi	26	65%
Normal	14	35%
Validitas Gejala Klinis		
Lesu	32	80%
Pusing	29	73%
Penglihatan Kabur	24	61%
Nyeri Kuduk	21	53%
Telinga Berdengung	17	42%

Hasil analisis menunjukkan prevalensi hipertensi yang cukup tinggi di lokasi pengabdian, di mana 65% responden (26 orang) teridentifikasi memiliki tekanan darah di atas normal. Sebelum dilakukan skrining, sebagian besar peserta cenderung mengabaikan

keluhan fisik ringan dan menganggapnya sebagai kelelahan biasa. Setelah dilakukan pemeriksaan, ditemukan korelasi signifikan antara keluhan fisik tertentu dengan status hipertensi responden.

Dalam sesi identifikasi gejala, lesu memiliki sensitivitas tertinggi sebesar 80%, yang berarti 8 dari 10 penderita hipertensi di lokasi tersebut melaporkan gejala ini. Hal ini menunjukkan bahwa keluhan lesu merupakan indikator klinis yang paling reliabel untuk skrining awal di masyarakat Gampong Pantee, diikuti oleh pusing (73%). Sebaliknya, gejala seperti nyeri kuduk (53%) dan telinga berdengung (42%) menunjukkan nilai sensitivitas yang lebih rendah, mengindikasikan bahwa gejala-gejala tersebut tidak selalu muncul pada setiap penderita hipertensi.

Peningkatan kesadaran masyarakat terlihat selama sesi simulasi dan intervensi nutrisi. Masyarakat menunjukkan perubahan pola pikir dengan mulai mempertimbangkan pentingnya membatasi asupan sodium (garam) dan meningkatkan konsumsi buah-buahan kaya potasium. Melalui praktik langsung pembagian buah-buahan, peserta memahami bahwa intervensi diet merupakan langkah praktis yang dapat dilakukan secara mandiri untuk menjaga stabilitas tekanan darah.

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa skrining kesehatan berbasis komunitas efektif dalam meningkatkan deteksi dini kasus hipertensi yang sebelumnya tidak terdiagnosa. Temuan prevalensi sebesar 65% ini mengindikasikan bahwa di tingkat desa masih banyak terdapat kasus "silent killer" yang memerlukan perhatian serius dari tenaga kesehatan. Peningkatan status hipertensi ini sejalan dengan tren nasional yang tercatat pada data Riskesdas 2018, di mana prevalensi di Indonesia mencapai 34,1% dan terus meningkat akibat faktor risiko gaya hidup.

Secara konseptual, temuan ini memperkuat urgensi penerapan perilaku 'CERDIK' dan 'PATUH' dalam kehidupan sehari-hari. Penggunaan alat tensimeter digital yang dikombinasikan dengan kuesioner gejala klinis terbukti mampu memberikan gambaran kesehatan yang komprehensif kepada masyarakat. Peningkatan sensitivitas pada gejala lesu dan pusing menegaskan bahwa edukasi mengenai pengenalan sinyal tubuh sangat penting bagi kelompok usia produktif dan lanjut usia guna mencegah komplikasi serius seperti stroke dan penyakit jantung.

Keberhasilan intervensi nutrisi melalui pendekatan "Pilih, Batasi, Konsumsi" memberikan dampak positif pada perubahan sikap responden. Pemberian buah-buahan sebagai sumber potasium alami membantu mereduksi persepsi masyarakat bahwa pencegahan hipertensi harus selalu berkaitan dengan pengobatan medis yang mahal. Sebaliknya, intervensi ini menunjukkan bahwa modifikasi diet rendah sodium merupakan strategi preventif yang sangat aplikatif dan ekonomis di tingkat rumah tangga.

Meskipun menunjukkan hasil yang signifikan, kegiatan ini memiliki keterbatasan dalam hal keberlanjutan pemantauan tekanan darah setelah sesi skrining berakhir. Oleh karena itu, program ini berpotensi besar untuk direplikasi dan diintegrasikan ke dalam program rutin Posbindu PTM di desa setempat. Dengan adanya dukungan dari Geuchik, bidan desa, dan kader kesehatan, diharapkan masyarakat Gampong Pantee dapat secara mandiri melakukan kontrol kesehatan rutin demi menurunkan angka mortalitas akibat penyakit tidak menular di era kesehatan preventif

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa skrining kesehatan melalui pendekatan pengukuran tekanan darah dan identifikasi gejala klinis efektif dalam meningkatkan deteksi dini hipertensi pada masyarakat Gampong Pantee. Intervensi yang dilakukan mampu memberikan gambaran prevalensi yang nyata, di mana 65% responden teridentifikasi memiliki tekanan darah tinggi, serta meningkatkan pemahaman warga

mengenai korelasi antara keluhan fisik seperti lesu dan pusing dengan status kesehatan kardiovaskular mereka.

Peningkatan kemampuan masyarakat dalam mengenali sinyal tubuh dan memahami manajemen nutrisi melalui metode "Pilih, Batasi, Konsumsi" menunjukkan bahwa edukasi yang bersifat praktis dan partisipatif memiliki peran penting dalam pengendalian penyakit tidak menular. Masyarakat kini menjadi lebih waspada terhadap gejala spesifik yang memiliki sensitivitas tinggi, seperti lesu yang mencapai 80%, sehingga mereka dapat melakukan upaya preventif secara mandiri sebelum terjadi komplikasi yang lebih serius.

Dengan demikian, program skrining terpadu ini memiliki potensi besar untuk dikembangkan dan direplikasi sebagai strategi promotif-preventif dalam menurunkan angka mortalitas akibat hipertensi di tingkat desa. Integrasi kegiatan serupa ke dalam program rutin Posbindu PTM atau layanan kesehatan masyarakat secara berkelanjutan sangat direkomendasikan guna memastikan pemantauan tekanan darah yang optimal dan perubahan gaya hidup sehat yang permanen di era kesehatan preventif.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih penulis kepada Pimpinan Cabang (PC) IMM Banda Aceh, yang telah Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh masyarakat Gampong Pantee atas partisipasi aktif dan antusiasme selama kegiatan skrining hipertensi ini berlangsung. Apresiasi setinggi-tingginya juga disampaikan kepada Bapak Geuchik, Ibu Geuchik, bidan desa, serta para kader kesehatan yang telah memberikan dukungan, izin, dan fasilitasi sehingga kegiatan pengabdian ini dapat berjalan dengan baik. Terima kasih juga kami sampaikan kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam mendukung pelaksanaan program ini hingga selesai dengan lancar.

Daftar Pustaka

- Dinkes Provinsi Kepulauan Riau. 2022. "Cegah Dan Kendalikan Hipertensi Dengan Tepat Untuk Hidup Sehat Lebih Lama." Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Riau 02(02): 87-95. <https://www.dinkesprovkepri.org/index.php/9-berita/756-cegah-dan-kendalikan-hipertensi-dengan-tepat-untuk-hidup-sehat-lebih-lama>.
- Inggani, E. D., Habibi, J., Rossita, T., Sari, Y. O., & Uziman, A. M. (2025). Cegah Risiko Tekanan Darah Tinggi Untuk Mengurangi Risiko Stunting Dengan Penerapan Pola Makan Yang Benar Dan Senam Hipertensi Di Desa Sukasari Kec. Air Periukan Kab. Seluma. *Jurnal Pakar Pengabdian Kesehatan*, 1(1), 59-64.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. "Riset Kesehatan Dasar 2018. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia." kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan RI. 2021. "Gejala Darah Tinggi (Hipertensi) Yang Perlu Diwaspadai." Kementerian Kesehatan RI. <https://upk.kemkes.go.id/new/gejala-darah-tinggi-hipertensi-yang-perlu-diwaspadai>.
- Kusuma, D. et al. 2021. "The Role of Early Hypertension Screening in Preventing Cardiovascular Diseases: A Community-Based Study. *Journal of Public Health.*" *Journal of Public Health*.
- Lubis, E. M., Afifah, Y., Abidin, F. A., Shiddiq, M. D. A., & Ismah, Z. (2023). Hubungan perilaku merokok dengan kejadian hipertensi di Desa Saentis. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(2), 2001-2005.
- WHO. 2021. "Global Status Report on Hypertension." World Health Organization. 53(9): 1689-99.
- UGM, R. A. (2025). *Tatalaksana Hipertensi "The Silent Killer" bukan sekedar peningkatan tekanan darah dalam perspektif tenaga kefarmasian angkatan 1*. Kementerian Kesehatan RI.

- (Menteri Kesehatan, 2014). (2024). *Prevalence and Risk Factors of Hypertension Among Young Adults (26-35 Years Old) in Indonesia: Analysis of Secondary Data from Riskesdas 2018*. February, 4-6.
- Karyoko, D. (2024). *Melihat Data Penyebab Utama Disabilitas di Indonesia*. Goodstats.Id. <https://goodstats.id/article/penyakit-menjadi-penyebab-utama-disabilitas-di-indonesia-6cAhR>
- KemenKes RI; (2023). *Hipertensi disebut sebagai Silent Killer, Menkes Budi Imbau Rutin Cek Tekanan Darah*. <https://www.kemkes.go.id/>. <https://kemkes.go.id/eng/hipertensi-disebut-sebagai-silent-killer-menkes-budi-imbau-rutin-cek-tekanan-darah>
- Kemenkes RI. (2019). *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat Sekretariat Jenderal*. Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun Rencana Strategis Kementerian Kesehatan. <https://kemkes.go.id/id/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat>
- Organization, W. H. (2023). *Hypertension*. WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Srinivasan, S. (2025). *Brain health and hypertension: A silent but dangerous*. Times Entertainment. <https://timesofindia.indiatimes.com/life-style/health-fitness/health-news/brain-health-and-hypertension-a-silent-but-dangerous-connection/articleshow/121646206>.
- WHO. (2021). *More than 700 million people with untreated hypertension*. The Lancet. <https://www.who.int/news/item/25-08-2021-more-than-700-million-people-with-untreated-hypertension>