

## **Peningkatan Pengetahuan Masyarakat tentang Hipertensi melalui Penyuluhan Metode *Door to Door* di Desa Aek Natas, Kecamatan Angkola Selatan**

**Larasahati Aulia<sup>1</sup>, Tina Noviyanti<sup>2</sup>, Hotna Dewi<sup>3</sup>, Kahar Kurniawan<sup>4</sup>, Widya Anastaya<sup>5</sup>, Fitri Hanifah<sup>6</sup>**

*1,2,3,4,5,6* Fakultas Kesehatan, Universitas Aufa Royhan Padangsidimpuan, Indonesia

*Received : 2 Juni 2026, Revised : 11 Juni 2026, Published : 18 Juni 2026*

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Larasahati Aulia

**E-mail:** [larasahatip@gmail.com](mailto:larasahatip@gmail.com)

### **Abstrak**

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi penyebab utama meningkatnya angka kesakitan dan kematian di dunia. Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko, pencegahan, dan pengendalian hipertensi dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat Desa Aek Natas Kecamatan Angkola Selatan mengenai hipertensi melalui metode penyuluhan *door to door*. Kegiatan dilaksanakan oleh mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Aufa Royhan Padangsidimpuan pada bulan Mei 2026. Sasaran kegiatan adalah masyarakat usia dewasa dan lanjut usia yang berada di Desa Aek Natas. Metode yang digunakan meliputi persiapan media edukasi berupa leaflet, kunjungan rumah ke rumah, penyampaian materi mengenai hipertensi, diskusi, dan evaluasi pemahaman masyarakat. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa masyarakat sangat antusias mengikuti penyuluhan. Sebagian besar masyarakat mampu menjelaskan kembali pengertian hipertensi, faktor risiko, gejala, serta cara pencegahan setelah mendapatkan edukasi. Metode *door to door* dinilai efektif karena memungkinkan komunikasi yang lebih intensif dan personal antara mahasiswa dan masyarakat. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat dan melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin guna mencegah komplikasi hipertensi.

**Kata kunci** - hipertensi, penyuluhan kesehatan, *door to door*

### **Abstract**

Hypertension is one of the non-communicable diseases that contributes significantly to morbidity and mortality worldwide. Limited public knowledge regarding risk factors, prevention, and management of hypertension may increase the risk of complications such as stroke, coronary heart disease, and kidney failure. This community service activity aimed to improve the knowledge of residents in Aek Natas Village, Angkola Selatan District, regarding hypertension through a door-to-door educational approach. The activity was conducted by students participating in the Community Service Program (KKN) of Universitas Aufa Royhan Padangsidimpuan in August 2026. The target participants were adults and elderly residents living in Aek Natas Village. The intervention included the preparation of educational leaflets, house-to-house visits, health education sessions, discussions, and evaluation of participants' understanding. The results indicated that the community showed high enthusiasm during the activity. Most participants were able to explain the definition of hypertension, risk factors, symptoms, and preventive measures after receiving the education. The door-to-door approach was considered effective because it enabled more intensive and personalized communication between students and community members. This activity is expected to increase public awareness of healthy lifestyles and encourage

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

regular blood pressure monitoring to prevent hypertension-related complications.

**Keywords** - hypertension, health education, door-to-door approach

**How To Cite** : Aulia, L., Noviyanti, T., Dewi, H., Kurniawan, K., Anastaya, W., & Hanifah, F. (2026). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat tentang Hipertensi melalui Penyuluhan Metode Door to Door di Desa Aek Natas, Kecamatan Angkola Selatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 4(4), 1393 - 1398. <https://doi.org/10.59837/jpmmba.v4i4.4507>  
**Copyright** ©2026 Larasahati Aulia, Tina Noviyanti, Hotna Dewi, Kahar Kurniawan, Widya Anastasya, Fitri Hanifah.

## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang masih menjadi perhatian utama baik di negara maju maupun negara berkembang. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan bahwa lebih dari 1,28 miliar orang dewasa di dunia mengalami hipertensi, dan hampir setengah dari penderita tidak mengetahui kondisi yang dialaminya (WHO, 2023). Hipertensi sering disebut sebagai *silent killer* karena dapat berkembang tanpa gejala yang jelas namun berpotensi menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal, dan kematian dini.

Di Indonesia, prevalensi hipertensi masih tergolong tinggi. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, hipertensi menjadi salah satu penyakit tidak menular yang paling banyak ditemukan pada kelompok usia dewasa dan lanjut usia. Faktor risiko hipertensi meliputi konsumsi makanan tinggi garam, kurang aktivitas fisik, obesitas, merokok, konsumsi alkohol, stres, serta faktor genetik. Rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi menjadi salah satu penyebab kurang optimalnya upaya pencegahan dan pengendalian penyakit tersebut. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu strategi yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga tekanan darah tetap normal.

Desa Aek Natas merupakan salah satu desa di Kecamatan Angkola Selatan yang memiliki masyarakat dengan latar belakang pendidikan dan akses informasi kesehatan yang beragam. Berdasarkan hasil observasi mahasiswa KKN, masih ditemukan masyarakat yang belum memahami faktor risiko dan cara pencegahan hipertensi. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi kesehatan yang mudah dijangkau dan dapat diterima oleh masyarakat.

Salah satu metode yang efektif adalah penyuluhan kesehatan secara door to door. Metode ini memungkinkan penyuluh untuk berinteraksi secara langsung dengan masyarakat dalam lingkungan rumah sehingga komunikasi menjadi lebih personal dan efektif. Berdasarkan kondisi tersebut, mahasiswa KKN Universitas Aufa Royhan Padangsidimpuan melaksanakan kegiatan penyuluhan hipertensi melalui metode door to door kepada masyarakat Desa Aek Natas

## METODE

### Desain Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode pendidikan kesehatan (*health education*) melalui pendekatan *door to door*. Metode *door to door* merupakan metode penyuluhan yang dilakukan dengan mengunjungi masyarakat secara langsung dari rumah ke rumah. Pendekatan ini memungkinkan terjadinya komunikasi dua arah yang lebih intensif sehingga pesan kesehatan dapat disampaikan secara lebih efektif dan sesuai dengan kondisi masing-masing keluarga. Menurut Notoatmodjo (2018), pendidikan kesehatan bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat sehingga mampu menjaga dan meningkatkan derajat kesehatannya.

### Waktu dan Tempat

Kegiatan dilaksanakan pada bulan Mei 2026 di Desa Aek Natas, Kecamatan Angkola Selatan, Kabupaten Tapanuli Selatan. Lokasi dipilih berdasarkan hasil observasi mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang menunjukkan masih adanya masyarakat yang belum memahami faktor risiko,

prevention, and hypertension control.

### **Sasaran Kegiatan**

The activity target is the adult and elderly community residing in Desa Aek Natas. The activity is carried out by visiting around 30–50 households directly to obtain health information regarding hypertension.

### **Tahapan Pelaksanaan Kegiatan**

The activity is carried out through four stages, namely:

#### 1. Tahap Persiapan

In this stage, several activities are carried out, including:

- Identify health problems of the community through observation.
- Coordinate with the village head and village apparatus regarding the activity.
- Arrange the education material.
- Prepare educational media in the form of *leaflet* containing information regarding hypertension, risk factors, symptoms, complications, and prevention.
- Arrange the schedule and distribution of the home visit area.

#### 2. Tahap Pelaksanaan Penyuluhan

KKN students carry out direct home visits from house to house (*door to door*) to provide health education to the community. The material presented includes:

- Definition of hypertension.
- Risk factors of hypertension.
- Signs and symptoms of hypertension.
- Complications of hypertension.
- Prevention of hypertension.
- Importance of regular blood pressure check-ups.

The material is presented through short lectures, discussion, Q&A, and distribution of *leaflet* as educational support media.

#### 3. Tahap Pendampingan dan Diskusi

After the material is presented, the community is given the opportunity to ask questions related to hypertension. In this stage, students provide explanations according to the needs and health conditions of each family so that the information given is easier to understand and applied in daily life.

#### 4. Tahap Evaluasi

Evaluation is carried out directly using the Q&A method (*post-education evaluation*) after the education is completed. The community is asked to explain again regarding hypertension, risk factors, symptoms, complications, and prevention. The evaluation results are used to know the level of community understanding of the material presented.

### **Indikator Keberhasilan**

Activity success is measured based on:

1. Community participation during the activity.
2. Community ability to answer questions related to hypertension after education.
3. Community enthusiasm in discussion and asking questions.
4. Increase in community understanding regarding prevention and control of hypertension.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Program penyuluhan hipertensi dilaksanakan menggunakan metode *door to door* dengan mengunjungi rumah-rumah warga di Desa Aek Natas, Kecamatan Angkola Selatan. Kegiatan ini mendapat dukungan dari pemerintah desa dan masyarakat setempat. Selama pelaksanaan kegiatan, masyarakat menunjukkan antusiasme yang tinggi yang ditandai dengan keaktifan peserta dalam bertanya mengenai penyebab hipertensi, makanan yang perlu dihindari, serta cara menjaga tekanan darah tetap normal.

Penyuluhan dilakukan menggunakan media *leaflet* yang berisi informasi sederhana dan mudah dipahami mengenai pengertian hipertensi, faktor risiko, gejala, komplikasi, serta langkah-langkah pencegahan hipertensi. Penggunaan media *leaflet* membantu masyarakat memahami materi yang diberikan karena dapat dibaca kembali setelah kegiatan selesai.

Untuk mengetahui tingkat pemahaman masyarakat, dilakukan evaluasi melalui tanya jawab langsung sebelum dan sesudah penyuluhan. Evaluasi meliputi pemahaman mengenai pengertian hipertensi, faktor risiko, gejala, komplikasi, dan upaya pencegahan hipertensi.

Tabel 1.

Tingkat Pemahaman Masyarakat Sebelum dan Sesudah Edukasi Hipertensi

Aspek Pengetahuan	Sebelum Edukasi n (%)	Sesudah Edukasi n (%)
Mengetahui pengertian hipertensi	18 (45%)	36 (90%)
Mengetahui faktor risiko hipertensi	15 (37,5%)	35 (87,5%)
Mengetahui gejala hipertensi	17 (42,5%)	34 (85%)
Mengetahui komplikasi hipertensi	12 (30%)	32 (80%)
Mengetahui cara pencegahan hipertensi	16 (40%)	37 (92,5%)

Sumber: Data hasil kegiatan KKN Universitas Aufa Royhan Padangsidempuan Tahun 2026.



Gambar 1.

Kegiatan Edukasi Kesehatan Door to Door

## KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi melalui metode *door to door* di Desa Aek Natas, Kecamatan Angkola Selatan, telah terlaksana dengan baik dan mendapat respons positif dari masyarakat. Kegiatan ini diikuti oleh sekitar 40 masyarakat yang terdiri dari kelompok usia dewasa

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

dan lanjut usia. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat mengenai hipertensi setelah diberikan edukasi. Persentase masyarakat yang memahami pengertian hipertensi meningkat dari 45% menjadi 90%, pemahaman mengenai faktor risiko meningkat dari 37,5% menjadi 87,5%, pemahaman mengenai gejala meningkat dari 42,5% menjadi 85%, pemahaman mengenai komplikasi meningkat dari 30% menjadi 80%, dan pemahaman mengenai pencegahan hipertensi meningkat dari 40% menjadi 92,5%.

Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan melalui metode *door to door* dapat membantu meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi, faktor risiko, komplikasi, serta upaya pencegahannya. Selain itu, pendekatan secara langsung dari rumah ke rumah memungkinkan terjadinya komunikasi yang lebih personal sehingga materi yang disampaikan lebih mudah dipahami oleh masyarakat.

#### **Saran :**

1. Masyarakat diharapkan menerapkan pola hidup sehat dengan mengurangi konsumsi garam, memperbanyak konsumsi buah dan sayur, melakukan aktivitas fisik secara teratur, serta menghindari kebiasaan merokok untuk mencegah terjadinya hipertensi.
2. Masyarakat diharapkan melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin, terutama bagi kelompok usia dewasa dan lanjut usia yang memiliki faktor risiko hipertensi.
3. Pemerintah desa, kader kesehatan, dan petugas puskesmas diharapkan dapat melakukan kegiatan edukasi kesehatan secara berkelanjutan mengenai hipertensi agar pengetahuan masyarakat tetap terjaga dan meningkat.
4. Kegiatan Posbindu PTM atau Posyandu Lansia perlu dioptimalkan sebagai sarana pemantauan tekanan darah secara berkala sehingga masyarakat dapat mengetahui kondisi kesehatannya lebih dini dan mencegah terjadinya komplikasi akibat hipertensi.
5. Kader kesehatan desa diharapkan dapat bekerja sama dengan puskesmas dalam melakukan skrining dan pemantauan tekanan darah secara rutin kepada masyarakat sebagai upaya deteksi dini dan pengendalian hipertensi di tingkat masyarakat.
6. Kegiatan penyuluhan dengan metode *door to door* dapat dijadikan salah satu program edukasi kesehatan berkelanjutan karena mampu menjangkau masyarakat secara lebih personal, terutama bagi masyarakat yang belum aktif mengikuti kegiatan penyuluhan kelompok.

#### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Desa Aek Natas beserta perangkat desa atas dukungan, kerja sama, dan fasilitasi selama pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada masyarakat Desa Aek Natas yang telah berpartisipasi aktif dalam seluruh rangkaian kegiatan penyuluhan kesehatan. Penulis turut mengucapkan terima kasih kepada Dosen Pembimbing Lapangan atas bimbingan dan arahan yang diberikan selama kegiatan berlangsung, serta kepada Universitas Aufa Royhan Padangsidimpuan yang telah memberikan dukungan akademik dan kelembagaan sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Carey, R. M., & Muntner, P. (2021). Prevention and control of hypertension. *Journal of the American College of Cardiology*, 78(25), 2426–2443.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Hipertensi si pembunuh senyap*. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Profil kesehatan Indonesia 2023*. Kementerian Kesehatan RI.

- Mills, K. T., Stefanescu, A., & He, J. (2020). The global epidemiology of hypertension. *Nature Reviews Nephrology*, 16(4), 223–237.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Pusat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman pengendalian hipertensi*. Kementerian Kesehatan RI.
- Smeltzer, S. C., Bare, B. G., Hinkle, J. L., & Cheever, K. H. (2018). *Brunner & Suddarth's textbook of medical-surgical nursing* (14th ed.). Wolters Kluwer.
- Whelton, P. K., Carey, R. M., Aronow, W. S., Casey, D. E., Collins, K. J., Dennison Himmelfarb, C., DePalma, S. M., Gidding, S., Jamerson, K. A., Jones, D. W., MacLaughlin, E. J., Muntner, P., Ovbiergele, B., Smith, S. C., Spencer, C. C., Stafford, R. S., Taler, S. J., Thomas, R. J., Williams, K. A., ... Wright, J. T. (2018). 2017 ACC/AHA/AAPA/ABC/ACPM/AGS/APhA/ASH/ASPC/NMA/PCNA guideline for the prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults. *Hypertension*, 71(6), e13–e115.
- World Health Organization. (2023). *Hypertension*. World Health Organization.