

PEMBERDAYAAN KELUARGA MELALUI POSBINDU INOVATIF DALAM PENCEGAHAN KEKAMBUIHAN KLIEN HIPERTENSI

Faisal Ibnu^{1*}, Rina Nur Hidayati²

¹Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto, Indonesia

² Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto, Indonesia

Corresponding author*: faizubspnni@gmail.com

KATA KUNCI	ABSTRAK
<i>Pemberdayaan, posbindu, upaya pencegahan, hipertensi</i>	Pendekatan pemberdayaan merupakan salah satu metode yang sangat efektif untuk memberdayakan potensi yang optimal yang dimiliki seseorang, sehingga melalui pemberdayaan ini dapat memfasilitasi eksplorasi perasaan, keterampilan, keinginan, kebutuhan, dan motivasi yang dikombinasikan dengan proses berpikir untuk membantu klien hipertensi membuat perubahan agar lebih baik lagi dan memiliki energi lebih untuk melakukannya. Posbindu merupakan kegiatan monitoring dan deteksi dini faktor resiko penyakit tidak menular terintegrasi yang dikelola oleh masyarakat melalui pembinaan terpadu. Tujuan kegiatan pemberdayaan keluarga berbasis Posbindu agar keluarga lebih mandiri dalam melakukan upaya pencegahan kekambuhan hipertensi. Hasil kegiatan menunjukkan terdapat peningkatan yang signifikan terhadap upaya pencegahan kekambuhan hipertensi melalui pendampingan dan pembelajaran mandiri. Upaya ini membutuhkan intervensi yang berkesinambungan, mulai dari tahap awal hingga akhir proses, sehingga diharapkan upaya pencegahan kekambuhan penyakit hipertensi menjadi lebih efektif dan efisien.

PENDAHULUAN

Hipertensi masih menjadi masalah utama di dunia, baik di negara maju maupun di negara-negara berkembang, termasuk Indonesia. World Health Organization (WHO) memperkirakan bahwa prevalensi global penderita hipertensi saat ini sebesar 22% dari total populasi dunia. Prevalensi hipertensi tertinggi di Afrika yaitu sebesar 27%. Asia Tenggara menempati urutan ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% dari total populasi (Kemenkes RI, 2019). Hipertensi menjadi penyebab utama berbagai komplikasi serius seperti stroke, gagal jantung, dan penyakit ginjal kronis (Kemenkes RI, 2023). Prevalensi penderita hipertensi di Provinsi Jawa Timur dalam kurun waktu 3 tahun terakhir semakin meningkat mencapai 14,10% terutama berdasarkan jenis kelamin Wanita mencapai 52,3% (Profil Kesehatan Jatim, 2021). Berdasarkan data SKI, 2023 bahwa prevalensi penderita hipertensi di Provinsi Jawa Timur masih tinggi yaitu 34,3% dan data ini lebih tinggi dari prevalensi hipertensi Nasional (SKI, 2023).

Pola hidup yang tidak sehat, konsumsi garam berlebih, stres, serta kurangnya aktivitas fisik menjadi faktor utama yang memperburuk kondisi hipertensi di masyarakat (Alfian, Susanto dan Khadizah, 2017). Selain itu, hipertensi memiliki dampak ekonomi yang besar baik bagi individu maupun sistem kesehatan secara keseluruhan. Biaya pengobatan hipertensi dan komplikasinya seperti stroke atau gagal ginjal dapat menjadi beban finansial yang signifikan bagi masyarakat (Suprayitno & Huzaimah, 2020). Hipertensi juga dapat menurunkan produktivitas kerja karena komplikasi yang ditimbulkan, seperti kelelahan kronis dan risiko

serangan jantung (Marbun & Hutapea, 2022). Selain dampak hipertensi yang sangat kompleks dan ternyata masih banyak penderita hipertensi dan keluarga yang belum menyadari dan memahami tentang pentingnya kontrol tekanan darah dan peran Posbindu sebagai pusat informasi kesehatan. Oleh karena itu, upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi melalui pendekatan berbasis keluarga menjadi sangat penting untuk menekan angka kejadian hipertensi serta meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

Dalam upaya mengatasi masalah ini, diperlukan intervensi yang berkesinambungan dan berbasis pemberdayaan masyarakat utamanya keluarga dan kader. Salah satu pendekatan yang dapat dilakukan adalah melalui pelibatan keluarga dan kader kesehatan dalam program pencegahan dan pengelolaan hipertensi. Keluarga dan kader kesehatan memiliki peran strategis dalam meningkatkan kesadaran masyarakat khususnya penderita hipertensi terhadap pentingnya pencegahan hipertensi melalui edukasi dan pemantauan kesehatan secara berkala (Mahdur & Sulistiadi, 2020). Melalui kegiatan berbasis masyarakat, diharapkan keluarga dan kader kesehatan dapat menjangkau lebih banyak masyarakat penderita hipertensi, memberikan pemahaman yang lebih baik tentang faktor risiko hipertensi, serta mendorong masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat (Permatasari, Suriani & Kurniawan, 2022).

Pendekatan pemberdayaan merupakan salah satu metode yang sangat efektif untuk memberdayakan potensi yang optimal yang dimiliki seseorang (klien, keluarga, kader), sehingga melalui pemberdayaan ini dapat memfasilitasi eksplorasi perasaan, keterampilan, keinginan, kebutuhan, dan motivasi yang dikombinasikan dengan proses berpikir untuk membantu klien hipertensi membuat perubahan agar lebih baik lagi dan memiliki energi lebih untuk melakukannya. Upaya ini membutuhkan intervensi yang berkesinambungan, mulai dari tahap awal hingga akhir proses, sehingga diharapkan upaya pencegahan penyakit hipertensi menjadi lebih efektif dan efisien.

Posyandu sebagai salah satu fasilitas kesehatan tingkat desa memiliki peran penting dalam upaya deteksi dini dan pencegahan hipertensi. Posyandu tidak hanya berfungsi untuk pelayanan kesehatan ibu dan anak, tetapi juga dapat digunakan sebagai sarana edukasi kesehatan bagi masyarakat luas (Dinas Kesehatan Kendal, 2023). Dengan memanfaatkan posyandu sebagai pusat informasi kesehatan, diharapkan masyarakat dapat lebih mudah mengakses layanan pemeriksaan tekanan darah serta mendapatkan penyuluhan mengenai pola hidup sehat (Kemenkes RI, 2023). Program yang terintegrasi dengan posyandu dapat membantu meningkatkan cakupan deteksi dini hipertensi serta memudahkan masyarakat dalam memperoleh informasi kesehatan yang valid. (Angelina, Fauziah & Sinaga, 2020).

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan menggunakan 4 (empat) tahapan sebagai berikut:

1. Tahap Pertama

Pendekatan kepada penderita hipertensi dan keluarga di wilayah kerja Puskesmas Bangsal Mojokerto, kemudian melakukan pendekatan dan koordinasi dengan Puskesmas Bangsal, perawat desa dan kader kesehatan yang ada di Desa Pacing Wilayah kerja puskesmas Bangsal Mojokerto.

Selanjutnya melakukan sosialisasi melalui kegiatan posbindu dan memberikan pelatihan selama 2 (dua) hari. Melalui pelatihan pasien dan keluarga dapat langsung mengaplikasikan pengetahuan yang didapat dari penggunaan metode presentasi dan tanya jawab. Sebagai salah

satu cara untuk dapat membantu untuk memperdalam pengetahuannya maka instruktur juga akan menampilkan beberapa contoh yang telah diterapkan.

2. Tahap Kedua

Melakukan pendampingan kepada keluarga dengan hipertensi melalui kegiatan pemberian penjelasan dan pengarahan tentang pentingnya melakukan upaya pencegahan hipertensi selama 2 minggu dengan memberikan flier upaya pencegahan hipertensi.

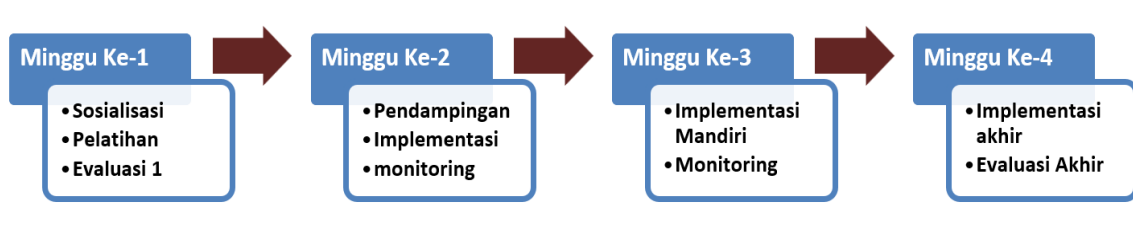
3. Tahap Ke-tiga

Pembelajaran mandiri kegiatan upaya pencegahan hipertensi yang dilakukan klien dan keluarga selama 2 minggu melalui flier yang telah diberikan.

4. Tahap Ke-empat

Melakukan monitoring dan evaluasi akhir terhadap kegiatan upaya pencegahan hipertensi yang telah dilakukan klien dan keluarga secara mandiri di akhir minggu ke 4 (empat).

Adapun tahapan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dapat dilihat pada gambar berikut ini.



Gambar 1: Tahapan Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Tabel 1: Karakteristik responden

Karakteristik	Kategori	Jml	%
Usia	< 40 TAHUN	10	26.3
	40-60 TAHUN	24	63.2
	> 60 TAHUN	4	10.5
Jenis Kelamin	Perempuan	26	68.4
	Laki-Laki	12	31.6
Pekerjaan	Tdk Bekerja	25	65.8
	Swasta	9	23.7
	Wiraswasta	1	2.6
	PNS	3	7.9
Pendidikan	SD	8	21.1
	SMP	14	36.8
	SMA	14	36.8
	PT	2	5.3

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia lebih dari setengahnya (63,2%) berusia 40-60 tahun, lebih dari setengahnya (68,4%) berjenis kelamin perempuan, lebih dari setengahnya (54,8%) berstatus tidak bekerja dan hampir setengahnya (36,8,%) berpendidikan SMP dan SMA.

2. Upaya Perilaku Pencegahan sebelum dilakukan pendampingan

Tabel 2: Distribusi upaya perilaku pencegahan klien hipertensi sebelum dilakukan pendampingan dan pembelajaran mandiri di Desa Pacing Wilayah Kerja Puskesmas Bangsal Oktober 2025

Upaya Perilaku Pencegahan	Frekuensi	Persen
Rendah	12	31.6
Cukup	17	44.7
Tinggi	9	23.7
Total	38	100.0

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa hampir setengahnya (44,7%) Upaya Perilaku Pencegahan responden sebelum dilakukan pendampingan dan pembelajaran mandiri dalam kategori cukup.

3. Upaya Perilaku Pencegahan setelah dilakukan pendampingan

Tabel 3: Distribusi upaya perilaku pencegahan klien hipertensi setelah dilakukan pendampingan dan pembelajaran mandiri di Desa Pacing Wilayah Kerja Puskesmas Bangsal Oktober 2025

Upaya Perilaku Pencegahan	Frekuensi	Persen
Rendah	0	0.0
Cukup	16	42.1
Tinggi	22	57.9
Total	38	100.0

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya (57,9%) Upaya Perilaku Pencegahan responden setelah dilakukan pendampingan dan pembelajaran mandiri dalam kategori tinggi.

Berdasarkan hasil Uji Wilcoxon Signed Ranks Test didapatkan data bahwa nilai $p \text{ value } 0,000 < \alpha (0.05)$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya terdapat pengaruh signifikan pendampingan dan pembelajaran mandiri terhadap upaya perilaku pencegahan hipertensi pada klien hipertensi di Desa Pacing Wilayah Kerja Puskesmas Bangsal Mojokerto. Hasil ini menunjukkan bahwa pemberdayaan keluarga melalui posbindu inovatif dengan pendampingan dan pembelajaran mandiri mampu meningkatkan upaya pencegahan klien hipertensi.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil Uji Wilcoxon Signed Ranks Test menunjukkan bahwa nilai p value $0,000 < \alpha$ (0.05), sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya terdapat pengaruh signifikan pendampingan dan pembelajaran mandiri terhadap upaya perilaku pencegahan hipertensi pada klien hipertensi di Desa Pacing Wilayah Kerja Puskesmas Bangsal Mojokerto. Hasil temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Maulidah, Neni and Maywati (2022) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan berbasis komunitas meningkatkan kesadaran akan hipertensi sebesar 30-40% dalam periode enam bulan. Studi lain yang dilakukan oleh Astuti, Tasman dan Amri (2021) menunjukkan bahwa pelatihan kader kesehatan efektif dalam meningkatkan kepatuhan terhadap pemeriksaan tekanan darah di wilayah dengan tingkat kesadaran rendah. Hasil temuan ini juga sesuai dengan penelitian Faisal Ibnu, Rina Nur Hidayati dan Abdul Hasan (2024) bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara Coaching dan Mentorship terhadap perilaku pencegahan hipertensi pada klien hipertensi di Desa Pacing Wilayah Kerja Puskesmas Bangsal Mojokerto.

Sesuai dengan hasil pembahasan tersebut diatas dapat dijelaskan bahwa pemberdayaan keluarga melalui posbindu inovatif dengan pemberian pendampingan dan pembelajaran mandiri mampu meningkatkan upaya pencegahan klien hipertensi di Desa Pacing Wilayah Kerja Puskesmas Bangsal Mojokerto.

SIMPULAN

Pemberdayaan keluarga melalui posbindu inovatif dengan pemberian pendampingan dan pembelajaran mandiri mampu meningkatkan upaya pencegahan klien hipertensi di Desa Pacing Wilayah Kerja Puskesmas Bangsal Mojokerto. Simpulan disusun secara ringkas tanpa penomoran, hanya 1 paragraf saja.

Saran yang dapat diberikan terutama bagi keluarga dengan klien hipertensi agar dapat melakukan kegiatan pembelajaran mandiri secara kontinyu dan terjadwal agar mampu memberikan dampak yang lebih baik lagi terhadap upaya pencegahan hipertensi di lingkungan keluarga masing-masing.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfian, R., Susanto, Y. and Khadizah, S. (2017) 'Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Dengan Penyakit Penyerta Di Poli Jantung RSUD Ratu Zalecha Martapura', *Jurnal Pharmascience*, 4(2). Available at: <https://doi.org/10.20527/jps.v4i2.5774>.
- Aling, Melisa et.al. (2025). Gambaran Pelaksanaan Program POSBINDU PTM Dalam Mencegah Kasus Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tikala Baru Kota Manado. *JURNAL KESEHATAN TAMBUSAI*. Volume 6 Nomor 2, Juni 2025.
- Angelina, R., Fauziah, L. & Sinaga, A. (2020). Peningkatan Kinerja Kader Kesehatan Melalui Pelatihan Kader Posyandu di Desa Babakan Kecamatan Ciparay. *JPKMI* [Preprint].
- Apriyani, Heni et.al. (2024). Pemberdayaan Kader Posbindu Dalam Pencegahan Penyakit Tidak Menular Di Desa Ciamis Kabupaten Lampung Utara. *GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. Volume 4, Nomor 1 Tahun 2024, pp. 137-142. eISSN : 2798-4826. DOI: 10.36082/gemakes.v4i1.1528.
- Astuti, V.W., Tasman, T. and Amri, L.F. (2021) 'Prevalensi Dan Analisis Faktor Risiko Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang', *BIMIKI (Berkala Ilmiah Mahasiswa Ilmu Keperawatan Indonesia)*, 9(1), pp. 1-9. Available at: <https://doi.org/10.53345/bimiki.v9i1.185>.

- Barbosa, J. M. V. et al. (2017). Correlates of physical activity counseling by health providers to patients with diabetes and hypertension attended by the Family Health Strategy in the state of Pernambuco, Brazil. *Primary Care Diabetes*.
- Black, H. , & Elliott, W. (2013). *Hypertension: A Companion to Braunwald's Heart Disease*. Elsevier.
- Dinkes Kabupaten Mojokerto. (2021).
- Direktorat Jendral Pencegahan dan Penanggulangan Penyakit Tidak Menular. (2014). Buku Pintar Posbindu PTM : Penyelenggaraan POSBINDU PTM. Jakarta.
- Direktorat Jendral Pencegahan dan Penanggulangan Penyakit Tidak Menular. (2015). Pedoman Pengendalian Hipertensi. Jakarta.
- Direktorat Jendral Pencegahan dan Penanggulangan Penyakit Tidak Menular. (2019). Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular. Jakarta.
- Direktorat Jendral Pencegahan dan Penanggulangan Penyakit Tidak Menular. (2016). Petunjuk Teknis Penyelenggaraan Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular. Jakarta
- Dyah Samsiati, Nurhamidi and Rosihan Anwar. (2023). Correlation between Physical Activity, Consumption of Fruits and Vegetables, and Quality of Sleep with Hypertension Incidence. *Jurnal Riset Pangan dan Gizi (JR-Panzi)*. Vol. 05 No. 02.
- Faisal Ibnu, Rina Nur Hidayati & Abdul Hasan. (2024). Coaching Dan Mentorship Dalam Meningkatkan Kemampuan Perilaku Pencegahan Klien Hipertensi Di Desa Pacing Wilayah Kerja Puskesmas Bangsal Mojokerto. *EZRA SCIENCE BULLETIN*. Vol. 2, No. 2 (July - December) 2024 797.
- Iqbal, M. F., & Handayani, S. (2022). Terapi Non Farmakologi Pada Hipertensi 6(1). <https://ejournal.urindo.ac.id/index.php/jukmas/article/view/2113>
- Imron Rahmanto, Wahyuning Asih & Fitriana Putri. (2017). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan minum obat pada lansia hipertensi di wilayah kerja puskesmas jelbuk kecamatan jelbuk kabupaten Jember. 28, 3–18. Retrieved from <http://repository.unmuhjember.ac.id/id/eprint/1030>.
- Januar, E., & Maywati, Y. F. S. (2014). *Beberapa Faktor Risiko Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Pekerja Dipabrik Pakan Ternak Andhika Feedmil Kecamatan Cikoneng Kabupaten Ciamis Tahun 2014*. Universitas Siliwangi.
- Kemenkes RI. (2019). *Hipertensi*. Kemnkes RI
- Mahdur, R.R. & Sulistiadi, W. (2020). Evaluasi Program Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM). *JURNAL ILMIAH KESEHATAN MASYARAKAT: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 12(1), pp. 43–48. Available at: <https://doi.org/10.52022/jikm.v12i1.55>.
- Marbun, W.S. & Hutapea, L.M.N. (2022). Penyuluhan Kesehatan pada Penderita Hipertensi Dewasa terhadap Tingkat Pengetahuan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*. 6(1), pp. 89–99. Available at: <https://doi.org/10.31539/jks.v6i1.4170>.
- Maulidah, K., Neni, N. and Maywati, S. (2022) 'Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikampek Kabupaten Karawang', *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 18(2), pp. 484–494. Available at: <https://doi.org/10.37058/jkki.v18i2.5613>.
- Meylin Memah, Grace D. Kandou dan Jeini Ester Nelwan (2019). Hubungan Antara Kebiasaan Merokok Dan Konsumsi Alkohol Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kombi

- Kecamatan Kombi Kabupaten Minahasa. Jurnal KESMAS, Vol. 8 No. 1, Januari 2019.
- Palomo-Piñón & JR, P.-S. (2016). *Treatment of Hypertension in Chronic Kidney Disease*.
- Permatasari, R., Suriani, E. & Kurniawan. (2022). Hubungan Kadar Kolesterol Total Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi pada Usia ≥ 40 Tahun. *Jurnal Labora Medika*. 6(2022), pp. 16–21.
- Profil Kesehatan Jawa Timur. (2021)
- Rahman, Aulia et.al. (2023). Pemberdayaan dan Pendampingan Kader Posbindu PTM Dalam Deteksi Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat. SN-PKM Unusa Surabaya.
- SKI. (2023), Survey Kesehatan Indonesia
- Satu Data Palapa Mojokerto. (2023).
- Suprayitno, E. & Huzaimah, N. (2020). Pendampingan Lansia Dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*. 4(1), p. 518. Available at: <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i1.3001>