

PERAWAT MENGABDI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)

Vol. 3 No.2 Oktober 2024

<https://jurnal.spp.ac.id/index.php/pmkep>

e-ISSN : 3047-5813

---

**Family Support Empowerment sebagai Strategi Pencegahan dan Penatalaksanaan Hipertensi**

Ady Irawan. AM<sup>1\*</sup>, Widya Fransiska<sup>2</sup>, Risky Ain nur Rohmah<sup>3</sup>, Adinda Laras Sri Karno Putri<sup>4</sup>

<sup>134</sup>Program Studi Profesi Ners, Universitas Duta Bangsa, Jl. Pinang No. 47, Jati, Cemani, Grogol, Sukoharjo, Jawa Tengah, Indonesia, Kode pos: 57522

<sup>2</sup>Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Duta Bangsa, Jl. Pinang No. 47, Jati, Cemani, Grogol, Sukoharjo, Jawa Tengah, Indonesia, Kode pos: 57522

E-mail Coreespondence: \*ady\_irawan@udb.ac.id

---

**Info Artikel:**

Diterima : 11 Oktober 2024

Diperbaiki : 22 Oktober 2024

Disetujui : 25 Oktober 2024

**Kata Kunci:** *family support, family empowerment, hypertension, community, education.*

**Abstrak:** Hipertensi merupakan masalah kesehatan serius dengan prevalensi tinggi di Indonesia, namun masih banyak masyarakat yang belum memahami risikonya serta cara penanganannya. Program pengabdian masyarakat ini berjudul "*Family Support Empowerment* dalam Upaya Pencegahan dan Penatalaksanaan Hipertensi di Posyandu Mardi Rahayu III". Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai hipertensi serta mendorong partisipasi aktif keluarga dalam upaya pencegahan dan pengelolaannya. Permasalahan utama yang dihadapi adalah rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan minimnya partisipasi keluarga dalam mendukung pengelolaan kondisi ini. Solusi yang ditawarkan adalah melalui program pemberdayaan keluarga yang mencakup edukasi intensif dan berkelanjutan, pelatihan praktis untuk anggota keluarga, serta pendampingan oleh kader kesehatan. Edukasi disampaikan melalui seminar, workshop, dan distribusi materi edukasi, sementara pelatihan akan fokus pada cara memonitor tekanan darah, mengatur pola makan sehat, dan pentingnya kepatuhan terhadap pengobatan. Analisis Pearson menunjukkan signifikansi antara peran keluarga ( $p < 0.05$ ), literasi kesehatan ( $p < 0.00$ ), dan tekanan darah sistolik ( $p < 0.00$ ), dan tekanan darah diastolik ( $p < 0.05$ ). Implementasi program ini efektif mendukung pencegahan dan pengelolaan hipertensi, meningkatkan kualitas hidup masyarakat di Posyandu Mardi Rahayu III, dan mengurangi prevalensi hipertensi secara signifikan.

**Keywords:** dukungan keluarga, pemberdayaan keluarga, hipertensi, komunitas, edukasi.

**Abstract:** *Hypertension is a serious health issue with a high prevalence in Indonesia, yet many people still lack an understanding of its risks and how to manage it. This community service program is entitled "Family Support Empowerment in the Effort to Prevent and Manage Hypertension at Posyandu Mardi Rahayu III." The program aims to increase public knowledge and awareness about*

*hypertension and encourage active family participation in prevention and management efforts. The main issue faced is the low level of public knowledge about hypertension and the minimal family involvement in supporting the management of this condition. The proposed solution is a family empowerment program that includes intensive and ongoing education, practical training for family members, and assistance from health cadres. Education is delivered through seminars, workshops, and the distribution of educational materials, while the training focuses on how to monitor blood pressure, maintain a healthy diet, and the importance of medication adherence. Pearson analysis showed significant correlations between the role of the family ( $p<0.05$ ), health literacy ( $p<0.00$ ), systolic blood pressure ( $p<0.00$ ), and diastolic blood pressure ( $p<0.05$ ). The implementation of this program effectively supports the prevention and management of hypertension, improves the quality of life for the community at Posyandu Mardi Rahayu III, and significantly reduces the prevalence of hypertension.*

---

## **Pendahuluan**

Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, merupakan salah satu masalah kesehatan yang paling umum dan serius di Indonesia. Di Indonesia, sebesar 25.8% usia dewasa awal menderita penyakit (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Di Provinsi Jawa Tengah tercatat sebanyak 30.4%, dimana kurang dari 8% benar-benar mengetahui terdiagnosis hipertensi (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2019). Kemudian di Kabupaten Sukoharjo tahun 2021 ditemukan 269.296 kasus hipertensi (Dinas Kesehatan Sukoharjo, 2023). Hipertensi sering disebut sebagai “silent killer” karena sering kali tidak menunjukkan gejala yang jelas tetapi dapat menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal jika tidak ditangani dengan baik (Berry & Peck, 2023).

Posyandu Mardi Rahayu III Sukoharjo, sebagai salah satu pusat pelayanan kesehatan masyarakat tingkat dasar, memiliki peran penting dalam pencegahan dan penatalaksanaan hipertensi. Namun, berdasarkan observasi awal dan data yang diperoleh dari Puskesmas setempat, masih terdapat beberapa tantangan yang dihadapi dalam penanganan hipertensi di posyandu ini. Banyak anggota masyarakat yang belum memiliki pemahaman yang cukup mengenai risiko dan bahaya hipertensi, serta langkah-langkah pencegahan yang efektif.

Peran keluarga dalam mendukung pengelolaan hipertensi, baik melalui penerapan pola makan sehat, aktivitas fisik, maupun kepatuhan terhadap pengobatan, masih rendah. Masyarakat sering kali mengalami kesulitan dalam mengakses informasi yang

akurat dan sumber daya kesehatan yang diperlukan untuk mencegah dan mengelola hipertensi. Program edukasi dan pendampingan yang berkelanjutan untuk penderita hipertensi dan keluarganya juga masih terbatas di Posyandu Mardi Rahayu III. Melihat situasi di atas, pemberdayaan keluarga (*family empowerment*) menjadi sangat penting dalam upaya pencegahan dan penatalaksanaan hipertensi. Keluarga memiliki peran yang sangat besar dalam membentuk perilaku dan kebiasaan hidup sehat (Hovenga et al., 2022). Dengan memberikan edukasi dan dukungan yang memadai, keluarga dapat menjadi agen perubahan yang efektif dalam mengurangi risiko dan dampak hipertensi (Kholifah et al., 2022).

Program pengabdian masyarakat yang meliputi pemberdayaan keluarga dalam pencegahan dan penatalaksanaan hipertensi di Posyandu Mardi Rahayu III bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai hipertensi dan pencegahannya, meningkatkan peran dan partisipasi aktif keluarga dalam pengelolaan hipertensi, memfasilitasi akses masyarakat terhadap informasi dan sumber daya kesehatan yang dibutuhkan, serta mengurangi prevalensi dan komplikasi hipertensi di masyarakat sekitar. Dengan adanya program ini, diharapkan dapat tercipta komunitas yang lebih sehat dan sadar akan pentingnya pencegahan serta pengelolaan hipertensi melalui dukungan dan keterlibatan keluarga.

## **Metode**

Tahapan pelaksanaan dalam pengabdian kepada masyarakat meliputi:

### ***Tahap persiapan***

Tahap pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilakukan melalui beberapa proses sebagai berikut:

- a. Pada minggu pertama tim melakukan survei ke lokasi mitra, kemudian menggali permasalahan yang ada dan melakukan wawancara kepada kader Posyandu Dukuh Karangijo, Desa Blimbing, Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo.
- b. Pada minggu kedua setelah mengidentifikasi masalah di mitra, tim melakukan kajian pustaka yang dapat digunakan untuk acuan materi edukasi selama pengabdian masyarakat di mitra sasaran.
- c. Pada minggu ketiga, tim membuat media edukasi *family support empowerment* berupa *leaflet* dan *roleplay*.

d. Tahap minggu keempat tim melakukan *fixing* waktu dan tempat untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi *family support empowerment*, *clinical simulation*, dan *case-based simulation*, yang dilakukan secara luring di Posyandu Dukuh Karangijo, Desa Blimbing, Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo.

### ***Tahap pelaksanaan***

Pengabdian masyarakat akan dilakukan dalam dua tahap. Tahap pertama yaitu pendidikan kesehatan yang berfokus pada Pencegahan dan penatalaksanaan hipertensi serta Pemberdayaan keluarga dalam bentuk multimedia (PPT dan video) dan simulasi klinis (*clinical simulation*) serta simulasi berbasis kasus (*case-based simulation*).

Partisipan meliputi kelompok usia dewasa di wilayah Dukuh Karangijo yang berjumlah 31 orang. Masing-masing implementasi dilakukan dalam 120 menit dengan indikator keberhasilan partisipan dapat mengerti dan memahami tentang *Family Support Empowerment* dalam Upaya Pencegahan dan Penatalaksanaan Hipertensi. Selanjutnya, untuk evaluasi kegiatan akan dibahas pada poin tahap akhir.



**Gambar 1. Dokumentasi kegiatan pengabdian masyarakat**

### ***Tahap evaluasi***

Pada tahap akhir pengabdian masyarakat tim akan melakukan evaluasi atau responsi yang dilakukan berupa pengukuran literasi kesehatan kelompok usia dewasa dengan risiko hipertensi. Instrumen yang digunakan meliputi:

- a. Instrumen survey demografi
- b. Skala pengukuran peran keluarga dalam pencegahan hipertensi yang merujuk pada penelitian sebelumnya, terdiri dari 12 pertanyaan (Kholifah et al., 2022).
- c. Instrumen pengukuran literasi kesehatan yang terdiri dari 12 poin pertanyaan (Rachmani et al., 2019).
- d. Checklist prosedur pemeriksaan tekanan darah menggunakan tensimeter digital.

## Hasil dan Pembahasan

### *Karakteristik partisipan*

Tabel 1 merepresentasikan karakteristik partisipan dalam pengabdian masyarakat ini. Diantara 31 partisipan, memiliki usia rata-rata  $37.77 \pm 4.86$  dengan rentang usia 27-45 tahun. Rentang usia tersebut sesuai dengan target sampling yaitu kelompok usia dewasa. Mayoritas partisipan memiliki tingkat pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA) (54.8%). Hampir semua partisipan aktif bekerja (93.5%) dan mayoritas memiliki pendapatan diatas upah minimum regional (Rp 2.500.000,00 hingga Rp 3.500.000,00).

Terkait dengan kondisi tekanan darah, rerata tekanan darah sistolik partisipan adalah  $128.26 \pm 2.52$  mmHg dan diastolik  $89.81 \pm 5.6$  mmHg. Apabila dilihat dari ketegori tekanan darah, 64.5% partisipan tidak mengalami hipertensi sedang sisanya yaitu 35.5% memiliki hipertensi ringan. Hanya 16.1% yang memiliki riwayat hipertensi dalam keluarganya. Kemudian, tim juga menganalisis tentang peran keluarga dalam manajemen hipertensi dan didapatkan data bahwa sebagian besar merasakan peran keluarga yang baik (87.1%).

Tabel 1. Karakteristik partisipan

No.	Karakteristik	Mean $\pm$ SD (range)	N (%)
1	Usia	$37.77 \pm 4.86$ (27-45 tahun)	
2	Pendidikan		
	SMP		7 (22.6%)
	SMA		17 (54.8%)
	Perguruan tinggi		7 (22.6%)
3	Pekerjaan		
	Tidak bekerja		2 (6.5%)
	Bekerja		29 (93.5%)
4	Pendapatan		
	<Rp 1.500.000,00		2 (6.5%)
	Rp 1.500.001,00-		10 (32.2%)
	Rp2.500.000,00		17 (54.8%)
	Rp2.500.001,00-		2 (6.5%)
	Rp3.500.000,00		
	>Rp 3.500.000,00		
5	Tekanan darah		
	Sistolik	$128.26 \pm 2.52$ (120-133)	
	Diastolik	mmHg $89.81 \pm 5.6$ (82-100) mmHg	
6	Kategori hipertensi		
	Tidak hipertensi		20 (64.5%)
	Hipertensi ringan		11 (35.5%)

No.	Karakteristik	Mean±SD (range)	N (%)
7	Riwayat hipertensi		
	Tidak ada		26 (83.9%)
	Ada		5 (16.1%)
8	Peran keluarga		
	Cukup		4 (12.9%)
	Baik		27 (87.1%)
9	Literasi kesehatan		
	<i>Problematic</i>		9 (29%)
	<i>Sufficient</i>		22 (71%)

Note:

\*Kategori hipertensi: Tanpa hipertensi (<130/80 mmHg) dan Hipertensi ringan (130-139/80-89mmHg)

\*Kategori peran kerluarga cukup (13-24) dan baik (25-36)

### ***Peran keluarga, literasi kesehatan, dan perubahan tekanan darah***

Peran keluarga yang baik mencapai 96.8% dibandingkan dengan sebelumnya yang hanya 87.1%. Begitu pula dengan literasi kesehatan diantara partisipan dimana sebelumnya hanya 71% yang memiliki literasi kesehatan yang memadai (*sufficient*) kemudian meningkat menjadi 83.9%. Data terakhir tentang tekanan darah, dapat dilihat adanya penurunan tekanan darah sebanyak kurang lebih 1.5 poin untuk sistolik dan 3 poin untuk diastolik.

Tabel 2. Nilai rerata peran keluarga, literasi kesehatan, dan tekanan darah diantara partisipan

No.	Variabel	N (%)	Mean±SD (range)
1	Peran keluarga		
	Cukup	1 (3.2%)	
	Baik	30 (96.8%)	
2	Literasi kesehatan		
	<i>Problematic</i>	5 (16.1%)	
	<i>Sufficient</i>	26 (83.9%)	
3	Tekanan darah		
	Sistolik		127.03±1.91 (120-129)
	Diastolik		86.74±3.80 (80-96) mmHg

Berdasarkan analisis statistik menggunakan Pearson pada aplikasi SPSS 22.0 dari IBM maka diketahui bahwa ketiga variabel menunjukkan signifikasi, diantaranya peran keluarga ( $p < 0.05$ ), literasi kesehatan ( $p < 0.00$ ), tekanan darah sistolik ( $p < 0.00$ ), dan tekanan darah diastolik ( $p < 0.05$ ).

Tabel 3. Korelasi antara peran keluarga, literasi kesehatan, dan tekanan darah diantara partisipan

No.	Variabel	Korelasi
1	Peran keluarga	0.007
2	Literasi kesehatan	0.000
3	Tekanan darah	
	Sistolik	0.000
	Diastolik	0.019

\*p<0.05

Pendidikan kesehatan menjadi pondasi penting dalam peningkatan literasi kesehatan diantara kelompok usia dewasa risiko hipertensi, dimana literasi kesehatan memiliki tingkatan yang lebih luas dari sekedar pengetahuan individu (Asadi et al., 2020; Berens et al., 2022). Intervensi yang diberikan juga memberikan perubahan positif terhadap peran atau pemberdayaan keluarga sebagai komunitas terkecil dari individu dengan risiko hipertensi dalam membantu mereka untuk manajemen hipertensi dalam kehidupan sehari-hari (Kholifah et al., 2022; Luttik, 2020).

Tekanan darah partisipan mengalami penurunan signifikan walaupun tidak melebihi tiga poin, tetapi intervensi ini cukup berarti. Sehingga adanya pendidikan kesehatan dan simulasi dalam manajemen hipertensi diikuti dengan konseling berkelanjutan mampu membantu menurunkan risiko hipertensi pada kelompok usia dewasa (Andri et al., 2022; Anjulo et al., 2021; Berry & Peck, 2023).

Selain itu, terdapat asumsi bahwa adanya dukungan keluarga menjadi mediator dalam peningkatan literasi kesehatan sehingga berdampak signifikan pada tekanan darah (Bahari et al., 2019). Hal tersebut karena adanya keikutsertaan orang sekitar dalam meningkatkan literasi kesehatan diantara dewasa dengan risiko hipertensi (Irawan AM et al., 2022). Kemudian terdapat pula adanya bukti empiris bahwa kolaborasi diantara pendidikan kesehatan, konseling, literasi dan dukungan keluarga memiliki peran positif dalam manajemen tekanan darah baik sistolik maupun diastolik pada kelompok usia dewasa dengan hipertensi maupun yang masih berisiko hipertensi.

## Kesimpulan

Keluarga berperan penting dalam manajemen penyakit kronis di masyarakat. Pengabdian masyarakat ini mengolaborasi keluarga dalam bentuk program family support empowerment untuk pencegahan dan penatalaksanaan hipertensi di wilayah kerja Posyandu Mardi Rahayu III Gatak, Sukoharjo, Jawa Tengah, Indonesia.

Implementasi yang dilakukan berupa edukasi, simulasi, dan pemanfaatan peran aktif keluarga dan memberikan efek positif dalam perubahan tekanan darah baik sistolik dan diastolik pada kelompok usia dewasa dengan hipertensi. Keterlibatan *stakeholders* dalam keberlanjutan program ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup dan derajat kesehatan klien dengan hipertensi. Kolaborasi antara profesi kesehatan juga diperlukan untuk terlaksananya program ini secara komprehensif.

## Ucapan Terima Kasih

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada seluruh civitas akademika Universitas Duta Bangsa, masyarakat dan kader kesehatan di wilayah Posyandu Mardi Rahayu III Gatak Sukoharjo, dan *stakeholders* yang telah mendukung dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini.

## Referensi

- Andri, J., Padila, P., Sugiharno, R. T., Andrianto, M. B., & J, H. (2022). Reducing Blood Pressure in Hypertension Patients Using Exercise Intervention Slow Respiratory. *JOSING: Journal of Nursing and Health*, 3(1), 67–76. <https://doi.org/10.31539/josing.v3i1.4145>
- Anjulo, U., Haile, D., & Wolde, A. (2021). Prevalence of Hypertension and Its Associated Factors Among Adults in Areka Town, Wolaita Zone, Southern Ethiopia. *Integrated Blood Pressure Control, Volume 14*, 43–54. <https://doi.org/10.2147/IBPC.S295574>
- Asadi, L., Amiri, F., & Safinejad, H. (2020). Investigating the effect of health literacy level on improving the quality of care during pregnancy in pregnant women covered by health centers. *Journal of Education and Health Promotion*, 9(1), Article 1. [https://doi.org/10.4103/jehp.jehp\\_204\\_20](https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_204_20)
- Bahari, G., Scafide, K., Krall, J., Mallinson, R. K., & Weinstein, A. A. (2019). Mediating role of self-efficacy in the relationship between family social support and hypertension self-care behaviours: A cross-sectional study of SAUDI men with hypertension. *International Journal of Nursing Practice*, 25(6), e12785. <https://doi.org/10.1111/ijn.12785>
- Berens, E.-M., Klinger, J., Carol, S., & Schaeffer, D. (2022). Differences in health literacy domains among migrants and their descendants in Germany. *Frontiers in Public Health*, 10, 988782. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.988782>
- Berry, R. K., & Peck, J. L. (2023). Holistic Hypertension Management. *Holistic Nursing Practice*, 37(5), 253–259. <https://doi.org/10.1097/HNP.000000000000604>

- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2019). *Rencana Strategis Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2018-2023*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. <https://dinkes.jatengprov.go.id/storage/2019/08/Renstra-2018-2023.pdf>
- Dinas Kesehatan Sukoharjo. (2023). *Profil Kesehatan Sukoharjo 2022*. <https://dkk.sukoharjokab.go.id/pages/profil-dinkes-kab.-sukoharjo>
- Hovenga, N., Landeweer, E., Zuidema, S., & Leget, C. (2022). Family involvement in nursing homes: An interpretative synthesis of literature. *Nursing Ethics, 29*(6), 1530–1544. <https://doi.org/10.1177/09697330221085774>
- Irawan AM, A., Rahmasari, I., Putri, A. L. S. K., & Wulandari, Z. A. (2022). Peningkatan literasi kesehatan dan gaya hidup sehat penderita DM Tipe 2 melalui pendidikan kesehatan, simulasi, dan pendampingan berfokus pada Hipno-Diet. *Media Abdimas, 1*(3), 202–206. <https://doi.org/10.37817/mediaabdimas.v1i3.2582>
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan Tahun 2021*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kholifah, S. N., Minarti, M., Sulistijino, H., & Kumala, F. (2022). Family empowerment as an effort to prevent hypertension in the adolescent group in the working area of the Kebonsari Health Center Surabaya. *Journal of Community Service and Empowerment, 3*(1), 26–31. <https://doi.org/10.22219/jcse.v3i1.18359>
- Luttik, M. L. (2020). Family Nursing: The family as the unit of research and care. *European Journal of Cardiovascular Nursing, 19*(8), 660–662. <https://doi.org/10.1177/1474515120959877>
- Rachmani, E., Hsu, C.-Y., Nurjanah, N., Chang, P. W., Shidik, G. F., Noersasongko, E., Jumanto, J., Fuad, A., Ningrum, D. N. A., Kurniadi, A., & Lin, M.-C. (2019). Developing an Indonesia's health literacy short-form survey questionnaire (HLS-EU-SQ10-IDN) using the feature selection and genetic algorithm. *Computer Methods and Programs in Biomedicine, 182*, 105047. <https://doi.org/10.1016/j.cmpb.2019.105047>