


Upaya Peningkatan Pengetahuan Bahaya Penyakit Tidak Menular (PTM) Pada Masyarakat di Sumbawa

Rafi'ah^{1*}, Iga Maliga², Herni Hasifah³, Asri Reni Handayani⁴, Ana Lestari⁵, Yulida Anggraini⁶

^{1,2,3}Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, STIKES Griya Husada Sumbawa

⁴Program Studi S1 Keperawatan, STIKES Griya Husada Sumbawa

^{5,6}Program Studi D3 Kebidanan, STIKES Griya Husada Sumbawa

*Email Korespondensi: rafiahstikesghs@gmail.com

ABSTRACT

Non-Communicable Diseases (NCDs), particularly hypertension, have become a major public health problem that continues to increase in the community, including in Sumbawa Regency. Limited public knowledge regarding risk factors, dangers, and prevention of hypertension contributes to high incidence rates and complications that reduce quality of life and increase the economic burden on families. This Community Service Program (PKM) aimed to improve public knowledge and awareness of NCD risks and the importance of adopting a healthy lifestyle to prevent hypertension. The program was implemented using a door-to-door approach by visiting community members at their homes or workplaces. The activities included health education on healthy lifestyles and hypertension prevention, interactive discussions, and blood pressure screening. The participants were 20 residents of Sebewe Village who had risk factors for hypertension. Program success was measured through increased understanding and active participation. The results showed an improvement in participants' knowledge before and after the educational sessions, and several participants were identified with stage I and stage II hypertension. This program had a positive impact by increasing community awareness to improve dietary habits, increase physical activity, and reduce smoking behavior in order to achieve more optimal and sustainable health outcomes.

Keywords

NCDs, Hypertension, Knowledge, Sumbawa



BERDAYA: Jurnal
Pendidikan dan
Pengabdian Kepada
Masyarakat
Vol 8, No.1, 2026, pp.
125 - 134
eISSN 2721-6381

Article History

Received : 1/18/2026 / Accepted : 1/28/2026/ First Published : 1/30/2026

To cite this article

Rafi'ah, Maliga, I., Hasifah, H., Handayani, A. R., Lestari, A., & Anggraini, Y. (2026). Upaya Peningkatan Pengetahuan Bahaya Penyakit Tidak Menular (PTM) Pada Masyarakat di Sumbawa. *BERDAYA: Jurnal Pendidikan dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(1), 125 - 134. <https://doi.org/10.36407/berdaya.v8i1.1797>



© The Author(s)2026

This open access article is distributed under a Creative Commons Attribution (CC-BY) 4.0 license

ABSTRAK

Penyakit Tidak Menular (PTM), khususnya hipertensi, merupakan masalah kesehatan yang terus meningkat di masyarakat, termasuk di Kabupaten Sumbawa. Rendahnya pengetahuan mengenai faktor risiko, bahaya, dan pencegahan hipertensi berkontribusi terhadap tingginya angka kejadian serta komplikasi yang menurunkan kualitas hidup dan meningkatkan beban ekonomi keluarga. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang bahaya PTM serta pentingnya penerapan pola hidup sehat sebagai upaya pencegahan hipertensi. Metode pelaksanaan dilakukan secara *door to door* dengan mendatangi masyarakat di rumah atau tempat kerja. Tahapan kegiatan meliputi edukasi kesehatan, diskusi interaktif, dan pemeriksaan tekanan darah. Sasaran kegiatan adalah 20 orang masyarakat Desa Sebewe yang memiliki faktor risiko hipertensi. Indikator keberhasilan ditinjau dari peningkatan pemahaman dan partisipasi aktif peserta. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi, serta ditemukannya peserta dengan kategori hipertensi derajat I dan II. Kegiatan ini berdampak positif terhadap peningkatan kesadaran masyarakat untuk memperbaiki pola makan, meningkatkan aktivitas fisik, dan mengurangi kebiasaan merokok guna mencapai kesehatan yang lebih optimal dan berkelanjutan.

Profil Penulis

Rafi'ah, Iga Maliga dan Herni Hasifah

Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, STIKES Griya Husada Sumbawa, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Asri Reni Handayani

Program Studi S1 Keperawatan, STIKES Griya Husada Sumbawa, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Ana Lestari dan Yulida

Anggraini
Program Studi D3 Kebidanan, STIKES Griya Husada Sumbawa, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Corresponding Author
: rafiahstikesghs@gmail.com

Kata Kunci: PTM, Hipertensi, Pengetahuan, Sumbawa

Reviewing Editor
Maya Mustika

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan kelompok penyakit yang tidak disebabkan oleh agen infeksi, melainkan berkaitan erat dengan gangguan metabolisme dan gaya hidup. Gangguan tersebut umumnya dipicu oleh pola konsumsi tinggi karbohidrat, lemak, dan gula, rendahnya aktivitas fisik, serta kebiasaan kurang berolahraga. Beberapa jenis PTM yang banyak ditemukan di masyarakat antara lain hipertensi, diabetes melitus, rematik dan nyeri sendi, penyakit jantung koroner, stroke, serta kanker (Herawati & Sofiatin, 2021). Rendahnya tingkat pengetahuan, sikap yang kurang mendukung perilaku sehat, terbatasnya fasilitas kesehatan, serta minimnya dukungan keluarga turut menjadi faktor yang memperburuk kejadian PTM di masyarakat (Setyaningrum, 2024).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa PTM merupakan penyebab kematian tertinggi di dunia, yaitu sekitar 71% dari seluruh kematian setiap tahun. Indonesia saat ini mengalami transisi epidemiologi yang ditandai dengan meningkatnya prevalensi PTM seperti stroke, penyakit jantung, diabetes, dan kanker yang menjadi penyebab utama kematian. Data menunjukkan adanya peningkatan prevalensi hipertensi sebesar 2,3%, stroke 3,9%, diabetes melitus 1,6%, dan kanker 0,4% dalam beberapa tahun terakhir (Patimah & Darlis, 2021).

Pengendalian PTM sangat penting untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian akibat penyakit, yang pada akhirnya mencerminkan derajat kesehatan masyarakat. Upaya pengendalian dapat dilakukan melalui pendekatan promotif, preventif, serta deteksi dini (Koiriyah et al., 2024). Rendahnya pengetahuan masyarakat dan kurangnya aktivitas fisik menjadi faktor utama peningkatan risiko hipertensi. Perubahan gaya hidup modern, seperti konsumsi makanan tinggi garam dan lemak, minimnya aktivitas fisik, serta kemudahan layanan daring yang mengurangi mobilitas, turut berkontribusi terhadap peningkatan prevalensi hipertensi (Azzahra & Syahfitri, 2025).

Desa Sebewe secara demografis merupakan wilayah yang sebagian besar penduduknya bermata pencaharian sebagai petani. Namun, pengetahuan masyarakat terkait PTM, khususnya upaya pencegahan hipertensi, masih tergolong rendah. Pola makan tidak sehat, kebiasaan merokok, serta kurangnya olahraga masih banyak ditemukan. Peningkatan pengetahuan kesehatan menjadi langkah awal yang penting dalam pengendalian faktor risiko PTM (Ayu et al., 2022). Pendidikan kesehatan terbukti berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan tindakan dalam pencegahan PTM (Asmara & Ridhawaty, 2024). Oleh karena itu, pendekatan promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan sangat relevan diterapkan di tingkat masyarakat.

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat di Desa Sebewe diharapkan mampu meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya pencegahan PTM, khususnya hipertensi. Edukasi yang dilakukan secara interaktif dan kontekstual sesuai kondisi lokal diharapkan dapat membantu masyarakat memahami faktor risiko serta cara pencegahannya secara praktis. Dengan meningkatnya pengetahuan dan kesadaran, diharapkan terjadi perubahan perilaku yang berkelanjutan sehingga risiko PTM, khususnya hipertensi, dapat ditekan.

Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah masyarakat Desa Sebewe. Peserta kegiatan berjumlah 20 orang yang memiliki faktor risiko hipertensi. Metode pelaksanaan dilakukan secara *door to door*. Kegiatan ini juga melibatkan mahasiswa sebagai bentuk pembelajaran langsung di lapangan agar mampu mengaplikasikan teori yang diperoleh selama perkuliahan.

Masalah yang ingin dipecahkan

PTM merupakan penyakit yang tidak ditularkan antarindividu dan sangat dipengaruhi oleh perubahan gaya hidup masyarakat. Pola hidup tidak sehat seperti minimnya aktivitas fisik dan kebiasaan makan yang tidak seimbang menyebabkan peningkatan kejadian PTM,

terutama hipertensi. Hipertensi merupakan salah satu PTM yang paling sering ditemukan dan berhubungan erat dengan risiko stroke serta penyakit jantung.

Masyarakat Desa Sebewe yang mayoritas berusia 38–63 tahun dan bekerja sebagai petani padi menunjukkan tingkat pengetahuan yang masih rendah mengenai bahaya PTM, khususnya hipertensi yang dikenal sebagai silent killer. Hasil survei awal menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat belum memahami pentingnya pencegahan dan pengendalian hipertensi. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi pencegahan PTM dan pemeriksaan tekanan darah dengan melibatkan kolaborasi mahasiswa Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan.

MATERI DAN METODE

Materi

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk mentransfer pengetahuan kepada masyarakat mengenai upaya pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM), khususnya hipertensi. Materi yang diberikan meliputi pengertian hipertensi, tanda dan gejala, faktor penyebab, klasifikasi hipertensi, penanganan, serta jenis makanan yang dianjurkan bagi penderita hipertensi, khususnya pada kelompok petani. Kegiatan dilanjutkan dengan pemeriksaan tekanan darah serta diskusi interaktif dengan peserta.

Metode

Metode pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan personal melalui kunjungan *door to door* kepada masyarakat di Desa Sebewe. Pendekatan ini bertujuan untuk membangun pemahaman yang lebih baik mengenai pengendalian risiko PTM, khususnya hipertensi. Tahapan kegiatan meliputi survei lokasi, penentuan sasaran kegiatan, penyusunan materi edukasi, pelaksanaan edukasi kesehatan, pemeriksaan tekanan darah, serta sesi diskusi dan tanya jawab.

Indikator keberhasilan kegiatan ini meliputi meningkatnya pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko, bahaya, dan upaya pencegahan hipertensi, meningkatnya partisipasi aktif masyarakat selama kegiatan, tersedianya data hasil pemeriksaan tekanan darah sebagai bentuk deteksi dini, serta meningkatnya kesadaran masyarakat dalam menerapkan pola hidup sehat melalui pengaturan pola makan, peningkatan aktivitas fisik, dan pengurangan kebiasaan merokok.

Waktu dan Lokasi Pelaksanaan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 6 Desember 2025 di Desa Sebewe, Kecamatan Moyo Utara, Kabupaten Sumbawa Besar, Nusa Tenggara Barat.

HASIL DAN EVALUASI

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilaksanakan pada tanggal 6 Desember 2025 pukul 09.00 WITA di Desa Sebewe, Kecamatan Moyo Utara, Kabupaten Sumbawa Besar. Kegiatan

ini diikuti oleh 20 orang masyarakat dewasa dengan rentang usia 38–63 tahun. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui tiga tahapan utama, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

Pada tahap persiapan, tim melakukan koordinasi dengan pihak desa, pengurusan perizinan, serta survei lokasi untuk menentukan sasaran dan teknis pelaksanaan. Tim juga menyiapkan materi edukasi, leaflet, alat pemeriksaan tekanan darah, serta instrumen evaluasi.

Tahap pelaksanaan dilakukan dengan metode *door to door*. Tim mendatangi rumah atau tempat kerja masyarakat. Setiap peserta diberikan edukasi tentang Penyakit Tidak Menular (PTM), khususnya hipertensi, yang meliputi pengertian, faktor risiko, tanda dan gejala, klasifikasi, komplikasi, serta upaya pencegahan melalui pola makan sehat, aktivitas fisik, dan pengurangan kebiasaan merokok. Edukasi disampaikan secara interaktif dengan bahasa sederhana dan kontekstual sesuai kehidupan petani. Setelah itu, peserta menerima leaflet sebagai media belajar mandiri.

Untuk mengetahui dampak edukasi, dilakukan evaluasi pengetahuan melalui *pre-test* dan *post-test*. Hasil tingkat pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah edukasi disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1.

Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi pada Masyarakat di Desa Sebewe

No	Sebelum Edukasi (Pre-Test)	Kategori	Sesudah Edukasi (Post-Test)	Kategori
1	60	Cukup	80	Baik
2	55	Kurang	80	Baik
3	60	Cukup	90	Baik
4	45	Kurang	78	Baik
5	50	Kurang	82	Baik
6	58	Kurang	88	Baik
7	62	Cukup	90	Baik
8	55	Kurang	85	Baik
9	48	Kurang	80	Baik
10	60	Cukup	90	Baik
11	52	Kurang	85	Baik
12	57	Kurang	86	Baik
13	60	Cukup	90	Baik
14	55	Kurang	85	Baik
15	60	Cukup	90	Baik
16	55	Kurang	85	Baik
17	55	Kurang	87	Baik
18	55	Kurang	88	Baik
19	60	Cukup	90	Baik
20	55	Kurang	85	Baik

Berdasarkan Tabel 1, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan. Sebelum edukasi, sebanyak 13 orang (56,9%) berada pada kategori pengetahuan kurang. Setelah edukasi, seluruh peserta (100%) berada pada kategori pengetahuan baik. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai bahaya dan pencegahan hipertensi.



Gambar 1.
Edukasi PTM
Sumber: Dokumentasi
Pribadi, 2025

Setelah kegiatan edukasi dan tanya jawab, dilakukan pemeriksaan tekanan darah sebagai skrining awal untuk mengidentifikasi kondisi kesehatan peserta terkait hipertensi. Setiap hasil pengukuran dicatat dalam lembar observasi dan diklasifikasikan sesuai standar kategori tekanan darah. Hasil pemeriksaan tekanan darah dan usia peserta disajikan pada Tabel 2.



Gambar 2.
Proses kegiatan tanya
evaluasi kegiatan
PkM
Sumber: Dokumentasi
Pribadi, 2025

Tabel 2
Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah dan Usia Peserta Edukasi

No	Usia (Tahun)	Tekanan Darah (mmHg)	Klasifikasi
1	38	120/80	Normal
2	40	120/80	Normal
3	42	135/88	Pre Hipertensi
4	45	140/90	Hipertensi derajat I
5	47	145/95	Hipertensi derajat I
6	50	150/95	Hipertensi derajat I
7	52	155/100	Hipertensi derajat II
8	55	160/100	Hipertensi derajat II
9	57	160/100	Hipertensi derajat II
10	60	170/110	Hipertensi derajat II
11	41	130/90	Pre Hipertensi
12	44	130/90	Pre Hipertensi
13	48	120/80	Normal
14	53	140/90	Hipertensi derajat I
15	56	160/100	Hipertensi derajat II
16	59	160/100	Hipertensi derajat II
17	61	170/100	Hipertensi derajat II
18	63	170/110	Hipertensi derajat II
19	46	140/90	Hipertensi derajat I
20	54	150/90	Hipertensi derajat I

Berdasarkan Tabel 2, sebagian besar peserta berada pada kategori hipertensi derajat I dan II, yaitu sebanyak 14 orang (70%). Kondisi ini menunjukkan bahwa risiko PTM, khususnya hipertensi, masih cukup tinggi pada masyarakat Desa Sebewe sehingga diperlukan upaya pengendalian yang berkelanjutan.

Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui dua pendekatan, yaitu evaluasi pengetahuan dan evaluasi hasil pemeriksaan tekanan darah. Evaluasi pengetahuan dilakukan dengan memberikan pertanyaan singkat (*pre-test* dan *post-test*) kepada peserta sebelum dan sesudah edukasi. Pertanyaan mencakup pengertian hipertensi, faktor risiko, bahaya komplikasi, dan upaya pencegahan.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada tingkat pengetahuan peserta. Sebelum edukasi, sebanyak 13 orang (56,9%) berada pada kategori pengetahuan kurang dan 7 orang (43,1%) pada kategori cukup. Setelah edukasi, seluruh peserta (100%) berada pada kategori pengetahuan baik. Hal ini menunjukkan bahwa metode edukasi *door to door* efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat.

Evaluasi hasil pemeriksaan tekanan darah menunjukkan bahwa hanya sebagian kecil peserta berada pada kategori tekanan darah normal, sedangkan sebagian besar berada pada kategori prehipertensi, hipertensi derajat I, dan hipertensi derajat II. Sebanyak 14 orang (70%) termasuk dalam kategori hipertensi derajat I dan II. Temuan ini menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang serius di masyarakat Desa Sebewe dan memerlukan tindak lanjut berupa edukasi berkelanjutan serta rujukan ke fasilitas kesehatan bagi peserta dengan tekanan darah tinggi.

Selain itu, evaluasi proses juga dilakukan dengan menilai partisipasi dan respons masyarakat selama kegiatan. Peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi, aktif bertanya, dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan personal dan kontekstual mampu meningkatkan keterlibatan masyarakat.

Berdasarkan hasil evaluasi, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian ini berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang PTM khususnya hipertensi, serta mampu mengidentifikasi peserta dengan risiko tinggi melalui pemeriksaan tekanan darah. Ke depan, diperlukan pendampingan lanjutan dan kerja sama dengan puskesmas setempat agar upaya promotif dan preventif dapat berjalan secara berkelanjutan.

SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat di Desa Sebewe berjalan dengan lancar, mulai dari tahap perizinan hingga pelaksanaan kegiatan. Kegiatan ini diikuti oleh 20 orang masyarakat dewasa. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa masyarakat mampu menyerap materi edukasi mengenai upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan tingkat pengetahuan masyarakat, dari sebelum edukasi yang sebagian besar berada pada kategori kurang (13 orang atau 56,9%) menjadi seluruh peserta berada pada kategori baik (100%) setelah edukasi.

Selain itu, masyarakat menunjukkan partisipasi aktif dalam diskusi mengenai risiko bahaya Penyakit Tidak Menular (PTM), khususnya hipertensi, serta upaya pencegahannya. Hasil pemeriksaan tekanan darah juga mengungkap bahwa sebagian besar peserta berada pada kategori hipertensi derajat I dan II, sehingga diperlukan tindak lanjut berupa perubahan perilaku hidup sehat dan pemeriksaan kesehatan secara berkala di unit pelayanan kesehatan. Dengan demikian, kegiatan pengabdian ini dinilai efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pencegahan hipertensi.

Saran Kegiatan Lanjutan

Program edukasi hipertensi direkomendasikan untuk dilanjutkan dan diperluas cakupannya guna mendukung pengendalian PTM secara berkelanjutan, khususnya pada kelompok petani. Kegiatan skrining tekanan darah secara berkala perlu dikombinasikan dengan

edukasi kesehatan sebagai strategi promotif dan preventif di masyarakat. Selain itu, kegiatan lanjutan disarankan memasukkan evaluasi perubahan perilaku kesehatan sebagai indikator dampak jangka menengah dari program pengabdian.

Ucapan Terimakasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada seluruh masyarakat Desa Sebewe yang telah bersedia berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian ini, serta kepada seluruh perangkat Desa Sebewe yang telah memberikan izin dan dukungan sehingga kegiatan PKM ini dapat terselenggara dengan baik.

REFERENSI

- Asmara, L. G., & Ridhawaty, S. (2024). Upaya Meningkatkan Pengetahuan tentang Penyakit Tidak Menular pada Remaja di SMK ICB Cinta Teknika. *Journal of Community Engagement in Health and Nursing*. 1-5.
- Ayu, N., Nikmah, H., Andraini, N., & Nova, H. R. (2022). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Melalui Kecamatan Rimbo Ilir Kabupaten Tebo. *Jurnal Pengembangan dan Pengabdian Masyarakat*. 1, 6-11.
- Azzahra, F., Yulianita., & Syahfitri, N. (2025). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat tentang Bahaya Hipertensi dan Pencegahannya melalui Edukasi Kesehatan. *Jurnal JPMI*. 3(6), 479-486.
- Herawati, E., & Sofiatin, Y. (2021). Penyuluhan Penyakit Tidak Menular (PTM) untuk Menumbuhkan Kesadaran Pencegahan pada Masyarakat di Desa Cipacing, Jawa Barat. *Aksiologi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(4), 431-439.
- Khoriyah, H., Rahayu, E. Liandani, M., Hidayai, N. (2024). Upaya Peningkatan Pengetahuan Lansia Terhadap PTM (Penyakit Tidak Menular). *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*, 5(4), 6494-6498.
- Patimah, S., & Darlis, I. (2021). Upaya Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Berbasis Masyarakat Melalui Kegiatan Penyuluhan dan Pelatihan. *Jurnal Caradde*. 3 (3), 429-436.
- Setyaningrum, Y. I. (2024). Upaya peningkatan kesadaran masyarakat dalam pencegahan penyakit tidak menular. *Jurnal Asta*. 4 (2) 181-189.

FUNDING

Kegiatan ini di danai oleh Hibah Internal Pengabdian Kepada Masyarakat Stikes Griya Husada Sumbawa.

COMPETING INTERESTS

Tidak ada konflik kepentingan untuk diungkapkan.