

EFEKTIVITAS PROMOSI KESEHATAN DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN TERKAIT HIPERTENSI: LITERATURE REVIEW

Albashinta Nurkharima^{1*}

Faculty of Public Health, Universitas Airlangga Surabaya¹

*Corresponding Author : albashinta.nurkharima-2021@fkm.unair.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi menjadi masalah kesehatan global dan nasional yang tiap tahunnya mengalami peningkatan jumlah penderita secara signifikan, yang disebabkan oleh ketidakpedulian individu dalam memelihara gaya hidup yang sehat. Kurangnya pengetahuan dan informasi terhadap suatu penyakit juga menjadi penyebab utama munculnya masalah kesehatan seperti hipertensi. Promosi kesehatan menjadi upaya preventif untuk mencegah meningkatnya angka penderita hipertensi dengan menambah pengetahuan terkait penyakit hipertensi. Kegiatan pre-test dan post-test dalam penyuluhan bertujuan untuk mengukur pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah penyuluhan. Tujuan dari penulisan literature review ini untuk melihat efektivitas promosi kesehatan yang dilakukan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat. Metode penelitian ini adalah *literature review*. Data yang digunakan adalah data sekunder yang di dapat dari *Google Scholar* dengan menggunakan kata kunci “Promosi Kesehatan”, “Pengetahuan” dan “Hipertensi” yang terbit dalam kurun waktu tahun 2020-2025. Diperoleh 8 artikel yang dapat ditelaah lebih lanjut. Hasil menunjukkan bahwa mayoritas penelitian menggunakan penyuluhan kesehatan sebagai upaya promosi kesehatan yang efektif untuk menambah pengetahuan masyarakat mengenai penyakit hipertensi. Selain itu, penggunaan media promosi kesehatan seperti leaflet dan power point membuat peserta lebih aktif dan bersemangat dalam proses penyuluhan, serta membantu peserta lebih memahami edukasi yang diberikan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan peserta. Oleh karena itu, promosi kesehatan seperti penyuluhan merupakan strategi terbaik dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat.

Kata Kunci : Hipertensi, Pengetahuan, Promosi Kesehatan

ABSTRACT

Hypertension is a global and national health problem that has significantly increased the number of patients each year, which is caused by individual indifference in maintaining a healthy lifestyle. Lack of knowledge and information about a disease is also a major cause of health problems such as hypertension. Health promotion is a preventive effort to prevent the increasing number of hypertension sufferers by increasing knowledge related to hypertension. Pre-test and post-test activities in counseling aim to measure community knowledge before and after counseling. The purpose of writing this literature review is to see the effectiveness of health promotion carried out so that it can increase public knowledge. This research method is a literature review. The data used is secondary data obtained from Google Scholar using the keywords “Health Promotion”, “Knowledge” and “Hypertension” published in the period 2020-2025. Obtained 8 articles that can be further examined. The results showed that the majority of studies used health counseling as an effective health promotion effort to increase public knowledge about hypertension. In addition, the use of health promotion media such as leaflets and power points makes participants more active and enthusiastic in the counseling process, and helps participants better understand the education provided so that it can increase participants' knowledge. Therefore, health promotion such as counseling is the best strategy in increasing community knowledge.

Keywords : Health Promotion, Hypertension, Knowledge

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM) saat ini salah satu penyumbang tingginya angka kematian di dunia sebesar 70%. PTM merupakan penyakit kronis yang mematikan dan seringkali tidak disadari oleh penderitanya karena gejala dan keluhannya yang kerap tidak terdeteksi. Jumlah

penderita penyakit tidak menular ini cenderung meningkat secara berkala (Rizalya dkk., 2022). Penyakit hipertensi berperan sebagai salah satu faktor risiko utama dari penyakit tidak menular (PTM) (Sulistyorini dkk., 2024). Hipertensi menjadi masalah kesehatan global dan nasional yang tiap tahunnya mengalami peningkatan jumlah penderita secara signifikan (Kemenkes RI, 2019 dalam (Rahman dkk., 2021). Data *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa 9,4 juta orang meninggal disebabkan hipertensi serta komplikasinya, dan WHO juga memperkirakan bahwa pada tahun 2025 jumlah penyintas hipertensi akan mencapai angka 1,5 miliar orang (Kemenkes RI, 2019 dalam (Erika & Rosalina, 2021).

Hipertensi, yang juga sering disebut sebagai penyakit tekanan darah tinggi adalah kondisi individu memiliki tekanan darah yang mengalami peningkatan di atas batas normal (Kemenkes RI, 2020). Kondisi tekanan darah yang mengalami peningkatan secara kronis menyebabkan jantung harus bekerja lebih ekstra untuk memompa darah ke seluruh tubuh, dan inilah yang kemudian dapat melemahkan fungsi organ dalam dan membuat hipertensi ke dalam golongan penyakit degeneratif (Octavianie dkk., 2022). Jika hipertensi tidak terkontrol, dapat menyebabkan komplikasi yang dapat menyebabkan kecacatan dan menjadi faktor yang signifikan berkontribusi terhadap kejadian kematian dini (Sulistyorini dkk., 2024).

Penyintas penyakit hipertensi seringkali tidak menunjukkan gejala apapun terkait hipertensi, dan baru diketahui setelah penyakit ini menyebabkan penyakit organ yang serius seperti gangguan jantung atau stroke (Rizalya dkk., 2022). Bahkan penyakit hipertensi dijuluki sebagai "*The Silent Killer*" dikarenakan tingginya angka kematian akibat hipertensi yang "diam-diam" membunuh penderitanya secara mendadak karena tidak ada gejala yang muncul pada pasien dan baru disadari setelah munculnya komplikasi pada penyintas hipertensi (Kemenkes, 2019). Selain itu, hipertensi juga kerap dijuluki "*The Silent Disease*" karena penyakit hipertensi banyak tidak disadari oleh masyarakat sebelum individu tersebut melakukan pemeriksaan tekanan darah (Septianingsih, 2018). Oleh karena itu, setiap individu harus berupaya menerapkan pola makan dan gaya hidup sehat serta mempraktekkan disiplin diri dalam memperhatikan makanan yang masuk ke dalam tubuh (Rizalya dkk., 2022).

Secara umum, terdapat dua faktor penyebab hipertensi yaitu faktor risiko yang tidak dapat diubah dan faktor risiko yang dapat diubah. Faktor risiko tetap meliputi usia, jenis kelamin, genetik atau penyakit keturunan (Sukri dkk., 2024). Namun mayoritas penyebab penyakit hipertensi disebabkan karena ketidakpedulian individu dalam memelihara gaya hidup yang sehat yang termasuk ke dalam faktor risiko yang dapat diubah dan dicegah (Mahayuni dll., 2021 dalam (Marbun & Hutapea, 2022; Sumampouw dkk., 2023). Kebiasaan hidup yang buruk menciptakan gaya hidup yang buruk seperti mengonsumsi makanan terlalu asin dan manis dan jumlah banyak, merokok, kurangnya olahraga, sering mengonsumsi *fastfood* dan *junkfood*, obesitas, dan stress dapat meningkatkan risiko individu terkena hipertensi (Marbun & Hutapea, 2022). Selain itu, kurangnya pengetahuan dan informasi terhadap suatu penyakit juga menjadi penyebab utama munculnya permasalahan kesehatan (Rahmadania, 2012 dalam (Triana & Hardiansyah, 2021).

Paradigma sehat merupakan salah satu dari pilar strategi pembangunan kesehatan nasional. Untuk mencapai paradigma sehat pada masyarakat, terdapat empat upaya kesehatan yaitu *promotif*, *preventif*, *kuratif*, dan *rehabilitatif* (Kemenkes, 2019). Promosi kesehatan merupakan salah satu upaya preventif sekaligus solusi untuk mencegah meningkatnya angka penderita hipertensi sebagai salah satu PTM (Penyakit Tidak Menular). Promosi kesehatan bertujuan untuk memberdayakan masyarakat dengan mengikutsertakan setiap individu ke dalam penerapan kebiasaan hidup sehat (Rahman dkk., 2021). Salah satu strategi promosi kesehatan yang dapat diimplementasikan adalah dengan memberdayakan masyarakat melalui penyuluhan atau penyebaran media promosi kesehatan (Sijabat dkk., 2020).

Ada banyak cara untuk mengelola penyakit hipertensi, yaitu dengan menerapkan pola hidup sehat. Namun hal ini dapat terlaksana jika dilakukan bersama dengan pemberian edukasi

kesehatan mengenai pencegahan dan pengobatan hipertensi (Sijabat dkk., 2020). Penyuluhan dinilai menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan informasi preventif dari suatu masalah kesehatan. Melalui penyuluhan, dapat memberikan informasi mengenai pengetahuan masyarakat terhadap masalah kesehatan yang diukur dari sebelum diberikannya penyuluhan dan sesudah diberikannya penyuluhan (Andriyani dkk., 2021 dalam (Marbun & Hutapea, 2022).

Melihat dampak dan penyebab dari hipertensi sangat berkaitan dengan urgensi promosi kesehatan untuk menambah pengetahuan masyarakat, maka penelitian menggunakan metode *literature review* sangat penting untuk dilakukan. Tujuan dari pembuatan *literature review* ini untuk melihat efektivitas kegiatan promkes yang dilakukan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat. *Literature review* ini memberikan gambaran awal mengenai strategi promosi kesehatan yang berkontribusi dalam meningkatkan pengetahuan mengenai penyakit hipertensi.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode *literature review* atau studi kepustakaan, yaitu dengan membaca literatur yang sesuai dengan tema penelitian. Sumber data yang digunakan dalam penelitian studi kepustakaan ini adalah sumber data sekunder. Data sekunder diperoleh melalui *Google Scholar* sebagai *data base* dalam proses peninjauan literatur ini, dengan menggunakan kata kunci “Promosi Kesehatan”, “Pengetahuan” dan “Hipertensi” pada saat proses pencarian literatur. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah artikel mengenai promosi kesehatan seperti penyuluhan kesehatan terkait hipertensi yang menggunakan pendekatan kuantitatif maupun eksperimen dengan hasil yang terdapat tingkat pengetahuannya, serta artikel yang terbit dalam kurun waktu tahun 2020-2025. Kemudian kriteria eksklusi dalam penelitian ini yang tidak berkaitan dengan promosi kesehatan terkait hipertensi dengan pendekatan kuantitatif ataupun eksperimen hasil yang mengukur pengetahuannya, serta artikel yang tidak terbit dalam kurun waktu tahun 2020-2025. Pencarian berdasarkan kata kunci menghasilkan 9 artikel, hanya 8 artikel yang tergolong dalam kriteria inklusi dan eksklusi dan dapat ditinjau lebih lanjut.

HASIL

Berdasarkan hasil pencarian artikel jurnal yang telah dilakukan, terkumpul 8 artikel yang tergolong dalam kriteria inklusi yang telah ditentukan. Berikut hasil adalah rangkuman hasil dari artikel jurnal tersebut disajikan ke dalam tabel 1.

Tabel 1. *Literature Review*

Nama Penulis (Tahun)	Judul Penelitian	Sampel/Populasi	Hasil Penelitian
Erika & Rosalina, 2021	“Pengaruh Promosi Kesehatan dengan Media Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Hipertensi Pada Lansia di Kampung Sawah Jakarta Utara”	Lansia laki-laki atau perempuan berusia 46-55 tahun yang merupakan warga Kampung Sawah Jakarta Utara. Penentuan sampel menggunakan rumus deskriptif kategorik.	Studi ini membagi peserta dalam 2 kelompok. Kelompok pertama adalah kelompok yang diberikan intervensi dan kelompok kedua adalah yang tidak menerima intervensi atau kelompok kontrol. Peneliti memberikan kuesioner pada hari yang sama sebelum dan setelah diberikan edukasi kepada kelompok intervensi. Sedangkan kelompok kontrol menerima kuesioner setelah dilaksanakannya promosi Kesehatan. Hasil penelitian mengindikasikan terdapat kenaikan pengetahuan dari pre-test ke post-test dan berada dalam kategori baik pada kelompok intervensi.

			<p>Sedangkan peningkatan pengetahuan pada kelompok kontrol saat pre-test dan post-test berada pada Tingkat yang cukup. Hasil menunjukkan bahwa pengetahuan yang dimiliki kelompok intervensi sebelum dan sesudah penyuluhan kesehatan berbeda, dan perbedaan pengetahuan yang ada antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol sangat signifikan.</p>
Octavianie dkk., 2022	<p>“Promosi Kesehatan Pada Hipertensi Usia Produktif Sampai Lansia di Wilayah Desa Lulut RT 04 RW 02 Kec. Klapanunggal Kab. Bogor”</p>	<p>Usia produktif di Desa Lulut RT 04 RW 02 Kec. Klapanunggal Kab. Bogor.</p>	<p>Kegiatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah penyuluhan kepada masyarakat dengan cara presentasi dan berceramah kepada 30 peserta. Pre test diberikan sebelum penyuluhan, kemudian post test dilakukan sesudah penyuluhan diberikan. Hasil pre-test dan post test menunjukkan bahwa pengetahuan masyarakat telah meningkat. Pada pre test, hanya 3 responden (30%) yang mendapat pengetahuan baik, kemudian terdapat peningkatan pada hasil post test yaitu sebanyak 6 responden (60%) mendapat pengetahuan baik. Selain itu, setelah diberikan penyuluhan dan post test terdapat perubahan dalam tingkat pengetahuan responden, dimana 0 responden (0%) menunjukkan tingkat pengetahuan yang rendah, dan 2 responden (20%) menunjukkan tingkat pengetahuan sedang atau cukup.</p>
Rahman dkk., 2021	<p>“Promosi Kesehatan untuk Meningkatkan Peran Aktif Masyarakat dalam Pencegahan Penyakit Tidak Menular”</p>	<p>Penduduk Desa Akeguraci, dan siswa di SDN 1 Akeguraci, Kota Tidore Kepulauan di Desa.</p>	<p>Penelitian pada artikel ini melakukan 3 kegiatan penyuluhan yang berbeda. Kegiatan yang pertama adalah promosi kesehatan tentang hipertensi, dan terdapat hasil bahwa adanya kenaikan pengetahuan pada masyarakat terkait hipertensi setelah diberikan pre test dan post test sebelum dan sesudah sosialisasi. Kemudian kegiatan yang kedua adalah promosi kesehatan tentang merokok. Hasil kegiatan kedua pada menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat tentang rokok dalam pre test dan post test sebelum dan sesudah dilakukannya sosialisasi. Kemudian kegiatan yang ketiga adalah promosi kesehatan tentang PHBS kepada siswa di SD Akeguraci. Hasil kegiatan ketiga menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan dalam pre test dan post test yang disebarkan kepada siswa sebelum dan sesudah kegiatan sosialisasi.</p>
Situmorang & Pasha, 2023	<p><i>“Interprofessional Education Melalui Promosi Kesehatan Tentang Hipertensi di Kota Bandung”</i></p>	<p>Keluarga di wilayah Margahayu Kota Bandung.</p>	<p>Kegiatan yang dilakukan pada penelitian ini adalah pemberian pendidikan kesehatan dengan materi terkait hipertensi dan tanaman TOGA untuk hipertensi, serta diskusi dan evaluasi kegiatan. Hasil kegiatan yang pertama yaitu promosi kesehatan mengenai hipertensi menunjukkan terdapat peningkatan dari hasil pre test dengan indikator kurang baik sebesar 70% dan indikator baik sebesar 30%, kemudian mengalami peningkatan pada hasil post test dengan indikator kurang baik menurun sebesar 5% dan indikator baik meningkat sebesar 95%. Kemudian pada kegiatan yang kedua yaitu promosi kesehatan mengenai tanaman TOGA hipertensi,</p>

			menunjukkan hasil terdapat penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah kegiatan pemanfaatan TOGA yang dilakukan.
Sagai dkk., 2021	“Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tanaman Obat Keluarga (Seledri dan Sereh) Untuk Hipertensi di Desa Mundung Satu Kecamatan Tombatu Timur Kabupaten Minahasa Tenggara”	Populasi penelitian ini adalah 317 rumah di desa Mundung Satu, Kabupaten Minahasa Tenggara. Pengambilan sampel dengan metode <i>systematic random sampling</i> dan diperoleh sampel yang digunakan adalah 76 responden.	Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan responden meningkat secara signifikan sebelum dan sesudah menerima promosi kesehatan. Hasil sebelum diberikannya intervensi, median pada pre test sebesar 36 dan post test sebesar 76, hal ini memperlihatkan bahwa pemahaman masyarakat yang masih minim. Kemudian setelah dilakukan intervensi terdapat peningkatan pada sebagian besar responden yang terlihat pada hasil post test sebesar 50 responden (65,8%).
Sulistyorini dkk., 2024	“Upaya Promosi Kesehatan dan Pencegahan Hipertensi Pada Masyarakat”	Pasien atau keluarga yang menunggu obat di Instalasi Farmasi di RST Bhakti Wira Tamtama Semarang sebanyak 31 orang.	Studi ini menggunakan kegiatan promosi kesehatan yang dilakukan menggunakan metode <i>Participatory Action Research</i> (PAR) berupa konseling dan edukasi, dan secara signifikan memberikan peningkatan pengetahuan peserta. Hasil pada studi ini menunjukkan bahwa kegiatan promkes berhasil memberikan penambahan pengetahuan peserta. Hal ini terlihat dari perbedaan yang mencolok dari hasil dari pre-test ke post-test yang menunjukkan peningkatan. Hasil mean pada pre-test yang dilakukan sebelum kegiatan promkes mendapat persentase sebesar 72%, kemudian terdapat kenaikan pada nilai mean post-test yaitu 90%. Dari peningkatan tersebut, dapat terlihat bahwa mayoritas peserta sudah memahami terkait penyakit hipertensi.
Taamu dkk., 2022	“Promosi Kesehatan dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Keterampilan Menurunkan Tekanan Darah Penderita Hipertensi”	Masyarakat usia dewasa hingga lansia di Kelurahan Lapulu Wilayah Kerja Puskesmas Abeli Kota Kendari sebanyak 50 orang.	Dalam studi ini terdapat 2 evaluasi hasil yang dilakukan untuk menilai kegiatan penyuluhan, yaitu evaluasi tertulis melalui pre test dan post test, serta evaluasi observasi terhadap keterampilan peserta dalam membuat jus campuran. Hasil penelitian ini diperoleh bahwa penyuluhan yang telah diberikan kepada masyarakat maritim terkait edukasi mengenai hipertensi serta kandungan dalam campuran buah labu kuning dan tomat, serta praktik membuat jus, diperoleh bahwa penyuluhan ini secara signifikan meningkatkan pengetahuan peserta. Pre test dibagikan sebelum penyuluhan dimulai, dan diperoleh hanya terdapat 3 jawaban benar dengan persentase 6% dan 47 jawaban yang salah dengan persentase 94%. Kemudian post test dibagikan setelah diberikan penyuluhan dan diperoleh terdapat 38 jawaban benar dengan persentase 76%, dan jawaban salah menurun di angka 12 jawaban dengan persentase 24%. Kemudian pada evaluasi kedua yaitu evaluasi observasi, terdapat peningkatan praktek yang dilakukan peserta yaitu 86%. Ini menunjukkan bahwa peserta mampu mengimplementasikan

Marbun & Hutapea, 2022	“Penyuluhan Kesehatan Pada Penderita Hipertensi Dewasa Terhadap Tingkat Pengetahuan Hipertensi”	Artikel ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif, dengan memberikan penyuluhan menggunakan media PPT leaflet. Populasi pada artikel ini adalah penyintas hipertensi berusia dewasa yang datang untuk pemeriksaan ke Puskesmas Parongpong yang juga memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.	pembuatan jus campuran buah labu kuning dan tomat dengan baik dan benar.
			Hasil dari studi menunjukkan bahwa pengetahuan mengenai penyakit hipertensi dapat ditingkatkan dari penyuluhan yang dilakukan. Pre test diberikan sebelum peneliti menyebarkan leaflet kepada masyarakat. Hasil pre test diperoleh bahwa pengetahuan masyarakat yang memiliki hipertensi dan berobat di puskesmas memiliki nilai mean 68%, yang. Kemudian setelah dilakukan pre test, dilakukan penyuluhan dengan konseling menggunakan leaflet yang bertujuan agar masyarakat dapat melihat secara visual dan lebih memahami informasi yang disampaikan. Setelah dilakukan konseling menggunakan leaflet, diberikan post test kepada masyarakat untuk membandingkan pengetahuan mereka sebelum dan sesudah kegiatan promkes. Hasil post test memperlihatkan bahwa terjadi kenaikan pengetahuan sebesar 95%. Hasil menunjukkan bahwa penyuluhan efektif untuk menambah pengetahuan masyarakat terkait hipertensi.

Berdasarkan tabel *literature review* yang telah disajikan dengan melibatkan 8 publikasi yang relevan dengan efektivitas promosi kesehatan dalam peningkatan pengetahuan mengenai hipertensi, ditemukan bahwa seluruh penelitian yang telah dilakukan menunjukkan adanya kenaikan pengetahuan masyarakat setelah diberikan intervensi promosi kesehatan terkait hipertensi.

PEMBAHASAN

Hasil review artikel yang dilakukan pada 8 publikasi menunjukkan bahwa kegiatan promosi kesehatan berkontribusi dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat. Hal ini selaras dengan studi pada artikel pertama menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi, terdapat kenaikan pengetahuan dari *pre-test* sebesar 76,7% mengalami peningkatan sebesar 100% pada hasil *post-test* dan berada dalam kategori baik. Sedangkan peningkatan pengetahuan pada kelompok kontrol saat *pre-test* sebesar 63,5% dan mengalami kenaikan sebesar 66,7% *post-test* berada di kategori cukup. Serta pada kelompok intervensi, ada perbedaan yang menonjol ketika sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan, dan ada perbedaan pengetahuan kelompok intervensi berpengaruh dengan kelompok kontrol setelah penyuluhan kesehatan diberikan (Erika & Rosalina, 2021).

Pada penelitian kedua oleh (Octavianie dkk., 2022), dilakukan kegiatan penyuluhan kepada masyarakat dengan cara presentasi dan berceramah kepada 30 peserta. Dilakukan *pre test* sebelum penyuluhan diberikan, serta dilakukan *post test* setelah penyuluhan diberikan. Hasil *pre-test* dan *post test* menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat. Pada *pre test*, hanya 3 responden (30%) yang mendapat pengetahuan baik, kemudian terdapat peningkatan pada hasil *post test* yaitu sebanyak 6 responden (60%) mendapat pengetahuan baik. Selain itu, setelah diberikan penyuluhan dan *post test* terdapat perubahan dalam kenaikan pengetahuan responden, dimana 2 responden dengan persentase 20% menunjukkan tingkat pengetahuan cukup dan 0 responden dengan persentase 0% memiliki tingkat pengetahuan kurang.

Pada penelitian ketiga yang dilakukan oleh (Rahman dkk., 2021) dilakukan 3 kegiatan penyuluhan yang berbeda kepada masyarakat Desa Akeguraci, dan siswa di SDN 1 Akeguraci, Kota Tidore Kepulauan di Desa. Kegiatan yang pertama adalah promosi kesehatan tentang hipertensi kepada 45 masyarakat, terdapat hasil bahwa adanya kenaikan pengetahuan pada masyarakat terkait penyakit hipertensi setelah diberikan *pre test* dan *post test* sebelum dan sesudah sosialisasi sebesar 60%. Kemudian kegiatan yang kedua adalah promosi kesehatan tentang merokok kepada masyarakat yang merokok di usia 10-27 sebanyak 17 orang dan responden yang merokok di dalam rumah sebanyak 24 orang. Hasil kegiatan kedua memperlihatkan bahwa pengetahuan masyarakat tentang rokok dalam *pre test* dan *post test* sebelum dan sesudah diberikan sosialisasi meningkat sebesar 62,8%. Kemudian kegiatan yang ketiga adalah promosi kesehatan tentang PHBS kepada siswa di SD Akeguraci. Hasil kegiatan ketiga menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan dalam *pre test* dan *post test* yang disebarkan kepada siswa sebelum dan sesudah kegiatan sosialisasi sebesar 59,3%.

Pada penelitian keempat yang dilakukan oleh (Situmorang & Pasha, 2023) dilakukan pemberian edukasi kesehatan melalui pemberian materi tentang hipertensi dan tanaman TOGA untuk hipertensi, diskusi dan evaluasi kegiatan dengan sasaran keluarga di wilayah Margahayu Kota Bandung. Hasil kegiatan yang pertama yaitu promosi kesehatan mengenai hipertensi menunjukkan terdapat peningkatan dari hasil *pre test* dengan indikator kurang baik sebesar 70% dan indikator baik sebesar 30%, kemudian mengalami peningkatan pada hasil *post test* dengan indikator kurang baik menurun sebesar 5% dan indikator baik meningkat sebesar 95%. Kemudian pada kegiatan yang kedua yaitu promosi kesehatan mengenai tanaman TOGA hipertensi, menunjukkan hasil terdapat penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah kegiatan pemanfaatan TOGA yang dilakukan.

Pada artikel kelima, (Sagai dkk., 2021) melibatkan 76 rumah masyarakat di desa Mundung Satu, Kabupaten Minahasa Tenggara untuk berkontribusi dalam kegiatan penyuluhan kesehatan terkait tanaman obat keluarga yang dapat menurunkan hipertensi dengan menggunakan media leaflet. Hasil pada penelitian ini menunjukkan pengetahuan responden meningkat secara signifikan ketika sebelum dan sesudah diberikan promosi kesehatan. Hasil sebelum diberikannya intervensi, median pada *pre test* sebesar 36 dan *post test* sebesar 76, hal ini memperlihatkan bahwa pemahaman masyarakat yang masih minim. Kemudian setelah dilakukan intervensi terdapat peningkatan pada sebagian besar responden yang terlihat pada hasil *post test* sebesar 50 responden (65,8%).

Penelitian keenam yang dilakukan oleh (Sulistiyorini dkk., 2024), mencakup 3 kegiatan promosi kesehatan mengenai hipertensi yaitu sosialisasi, edukasi, dan pendampingan. Penelitian ini melibatkan 31 responden yang merupakan Pasien atau keluarga yang menunggu obat di Instalasi Farmasi di RST Bhakti Wira Tamtama Semarang. Studi ini menggunakan kegiatan promosi kesehatan yang dilakukan menggunakan metode *Participatory Action Research* (PAR) berupa konseling dan edukasi, dan secara signifikan memberikan peningkatan pengetahuan peserta. Hasil pada studi ini menunjukkan bahwa kegiatan promkes berhasil memberikan penambahan pengetahuan peserta. Hal ini terlihat dari perbedaan yang mencolok dari hasil dari *pre-test* ke *post-test* yang menunjukkan peningkatan. Hasil mean pada *pre-test* yang dilakukan sebelum kegiatan promkes mendapat persentase sebesar 72%, kemudian terdapat kenaikan pada nilai mean *post-test* yaitu 90%. Dari peningkatan tersebut, dapat terlihat bahwa mayoritas peserta sudah memahami terkait penyakit hipertensi.

Penelitian ketujuh yang dilakukan oleh (Taamu dkk., 2022) melibatkan masyarakat usia dewasa hingga lansia di Kelurahan Lapulu Wilayah Kerja Puskesmas Abeli Kota Kendari sebanyak 50 orang sebagai populasi dalam penelitiannya. Dalam penelitian Taamu et al., (2022) terdapat 2 evaluasi hasil yang dilakukan untuk menilai kegiatan penyuluhan, yaitu evaluasi tertulis melalui *pre test* dan *post test*, serta evaluasi observasi terhadap keterampilan peserta dalam membuat jus campuran. Hasil penelitian diperoleh bahwa penyuluhan yang telah

diberikan kepada masyarakat maritim terkait edukasi mengenai penyakit darah tinggi dan kandungan pada campuran buah labu kuning dan tomat jika dijadikan sebagai jus, serta praktek dalam membuat jus tersebut, dan diperoleh bahwa penyuluhan ini secara signifikan meningkatkan pengetahuan peserta. Pre test dibagikan sebelum penyuluhan dimulai, dan diperoleh hanya terdapat 3 jawaban benar dengan persentase 6% dan 47 jawaban yang salah dengan persentase 94%. Kemudian post test dibagikan setelah diberikan penyuluhan dan diperoleh terdapat 38 jawaban benar dengan persentase 76%, dan jawaban salah menurun di angka 12 jawaban dengan persentase 24%. Kemudian pada evaluasi kedua yaitu evaluasi observasi, terdapat peningkatan praktek yang dilakukan peserta yaitu 86%.. Ini menunjukkan bahwa peserta yang datang mampu mengimplementasikan membuat campuran buah labu kuning dan tomat sebagai jus dengan baik.

Penelitian kedelapan yang dilakukan oleh (Marbun & Hutapea, 2022) merupakan penyuluhan kesehatan menggunakan media *power point* dan leaflet melalui metode *pre-post design*. Penyintas hipertensi berusia dewasa yang datang berobat ke Puskesmas Parongpong dan kriteria inklusi dan eksklusi menjadi sampel pada studi ini. Hasil dari studi menunjukkan bahwa pengetahuan mengenai penyakit hipertensi dapat ditingkatkan dari penyuluhan yang dilakukan. Pre test diberikan sebelum peneliti menyebarkan leaflet kepada masyarakat. Hasil pre test diperoleh bahwa pengetahuan masyarakat yang memiliki hipertensi dan berobat di puskesmas memiliki nilai mean 68%, yang. Kemudian setelah dilakukan pre test, dilakukan penyuluhan dengan konseling menggunakan leaflet yang bertujuan agar masyarakat dapat melihat secara visual dan lebih memahami informasi yang disampaikan. Setelah dilakukan konseling menggunakan leaflet, diberikan post test kepada masyarakat untuk membandingkan pengetahuan mereka sebelum dan sesudah kegiatan promkes. Hasil post test memperlihatkan bahwa terjadi kenaikan pengetahuan sebesar 95%. Hasil menunjukkan bahwa penyuluhan efektif untuk menambah pengetahuan masyarakat terkait hipertensi.

Seluruh artikel yang dianalisis menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain studi pre-post test yang kemudian menunjukkan kenaikan pengetahuan setelah dilakukan promosi kesehatan. Kemudian strategi promosi kesehatan yang dilakukan pada kedelapan artikel memiliki kesamaan yaitu dengan metode penyuluhan. Namun terdapat perbedaan terhadap cara melaksanakan program tersebut. Beberapa artikel menggunakan menggunakan cara yang berbeda untuk menyampaikan penyuluhannya.

Salah satu strategi promosi kesehatan adalah menyampaikan pesan dengan bantuan media promosi kesehatan, dan beberapa artikel menyajikan media yang berbeda-beda. Pada artikel pertama yang dilakukan oleh (Erika & Rosalina, 2021), artikel kelima yang dilakukan oleh (Sagai dkk., 2021), artikel keenam yang dilakukan oleh (Sulistyorini dkk., 2024), artikel ketujuh yang dilakukan oleh (Taamu dkk., 2022), dan artikel kedelapan yang dilakukan oleh (Marbun & Hutapea, 2022), para peneliti menggunakan media promosi kesehatan berupa leaflet. Kemudian pada artikel kedua yang dilakukan oleh (Octavianie dkk., 2022), artikel keenam yang dilakukan oleh (Sulistyorini dkk., 2024), dan artikel ketujuh yang dilakukan oleh (Taamu dkk., 2022), para peneliti menggunakan media *Power-Point* dalam menyampaikan penyuluhan. Kemudian pada artikel ketiga yang dilakukan oleh (Rahman dkk., 2021). peneliti membuat baliho sebagai media sosialisasi. Terdapat 2 artikel yang menggunakan media promosi kesehatan sekaligus yaitu artikel keenam dan ketujuh. Lalu pada artikel keempat peneliti tidak menjelaskan melakukan penyuluhan menggunakan media promosi kesehatan seperti apa.

Dengan menggunakan media promosi kesehatan seperti leaflet dan *power-point*, peserta akan lebih bersemangat dan aktif pada saat sesi tanya jawab serta lebih fokus dalam menyimak edukasi yang diberikan (Rehena & Nendissa, 2024). Hal ini sejalan dengan penelitian (Iyong dkk., 2020) bahwa promosi kesehatan menggunakan bantuan media promosi kesehatan seperti leaflet dan *power-point* membantu peserta lebih memahami edukasi yang diberikan sehingga

dapat meningkatkan pengetahuan peserta. Salah satu strategi promosi kesehatan yang secara signifikan dapat berpeluang untuk mencegah dan mengendalikan faktor risiko PTM adalah melalui kegiatan penyuluhan dengan memanfaatkan media promkes seperti poster dan leaflet (Sumampouw dkk., 2023). Apabila promotor kesehatan menggabungkan dua media promosi kesehatan seperti *power-point* dan leaflet seperti yang dilakukan oleh peneliti pada artikel keenam dan ketujuh, maka penyampaian edukasi kesehatan yang diberikan kepada masyarakat akan lebih maksimal. Diharapkan dengan memanfaatkan media untuk upaya promosi kesehatan dapat lebih memotivasi dan memberdayakan responden untuk mengambil tindakan yang sudah dianjurkan selama penyuluhan.

Strategi penyuluhan yang lain adalah penyuluhan yang dilakukan secara berkelompok maupun secara individual melalui *door to door*. Penyuluhan yang dilakukan secara berkelompok terdapat pada artikel kedua yang dilakukan oleh (Octavianie dkk., 2022), artikel ketiga yang dilakukan oleh (Rahman dkk., 2021), artikel keempat yang dilakukan oleh (Situmorang & Pasha, 2023), artikel keenam yang dilakukan oleh (Sulistyorini dkk., 2024), artikel ketujuh yang dilakukan oleh (Taamu dkk., 2022), dan artikel kedelapan yang dilakukan oleh (Marbun & Hutapea, 2022). Kemudian penyuluhan yang dilakukan secara individual berupa *door to door* dilakukan oleh artikel pertama yang dilakukan oleh (Erika & Rosalina, 2021) dan artikel kelima yang dilakukan oleh (Sagai dkk., 2021). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fitriah dkk., 2023) yang membandingkan efektivitas metode penyuluhan dengan kelompok dan *door to door* dalam menambah pengetahuan masyarakat terkait PHBS, diperoleh hasil bahwa kedua metode tersebut efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat, dengan metode *door to door* yang menunjukkan peningkatan lebih tinggi. Artinya, metode penyuluhan dengan *door to door* dinilai lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat, walaupun metode kelompok juga dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat.

Metode promosi kesehatan lainnya yang digunakan dalam artikel yang telah di review salah satunya adalah praktik. Selain memberikan penyuluhan, terdapat penelitian yang juga memberikan praktek agar peserta nantinya dapat berdaya menerapkan upaya-upaya kesehatan. Artikel yang menerapkan metode praktik terdapat pada artikel kedelapan yang dilakukan oleh (Marbun & Hutapea, 2022) yaitu praktikum untuk membuat jus campuran buah labu labu kuning dan tomat sebagai upaya menurunkan tekanan darah pada hipertensi. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Andaruni, 2018; Prabawati & Rohmah, 2017) bahwa penyuluhan kesehatan berpengaruh dalam meningkatkan kemampuan peserta. (Notoatmodjo, 2010) menyatakan bahwa perilaku seseorang sangat dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimilikinya, sehingga pengetahuan berperan sangat penting untuk membentuk keterampilan individu khususnya dalam pencegahan hipertensi.

Kegiatan promosi kesehatan yang dilakukan pada delapan artikel yang telah dianalisis memiliki tujuan yang sama yaitu untuk menambah pengetahuan masyarakat mengenai upaya preventif dan cara mengontrol hipertensi. (Yulianis dkk., 2020) Yulianis dkk., (2020) menyebutkan bahwa promosi kesehatan sangat diperlukan guna menguatkan pemahaman masyarakat. Promotor kesehatan juga perlu melakukan promosi kesehatan untuk mengetahui perbedaan kenaikan pengetahuan pada masyarakat sebelum diberikan promosi kesehatan dan sesudahnya (Yulianis dkk., 2020). Salah satu cara terbaik untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya memiliki pemahaman yang tepat tentang hipertensi adalah melalui pendidikan kesehatan ataupun promosi kesehatan, yang merupakan prioritas utama dalam pembangunan kesehatan (Sofiana, 2020).

KESIMPULAN

Merujuk kepada studi kepustakaan yang telah disajikan, disimpulkan bahwa mayoritas penelitian menggunakan penyuluhan kesehatan sebagai upaya promosi kesehatan yang efektif

untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait hipertensi. Sehingga salah satu strategi promosi kesehatan yang efektif untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan akan hipertensi adalah melalui kegiatan penyuluhan. Selain penyuluhan, pemberian media promosi kesehatan dapat menjadi upaya yang tepat dan efektif bagi promotor kesehatan dalam menambah pengetahuan masyarakat terkait permasalahan kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih yang tulus saya berikan kepada pihak-pihak yang terlibat dalam kontribusi dan dukungan yang telah diberikan selama penyusunan *literature review* ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andaruni, N. Q. R. (2018). Pengaruh Penyuluhan Teknik Pijat Bayi Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Pijat Bayi Pada Ibu Di Kelurahan Tanjung Karang Tahun 2015. *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM. Mataram*, 3(1), 54. <https://doi.org/10.31764/mj.v3i1.127>
- Erika, C., & Rosalina, E. (2021). PENGARUH PROMOSI KESEHATAN DENGAN MEDIA LEAFLET TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN PENCEGAHAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI KAMPUNG SAWAH JAKARTA UTARA. *Carolus Journal of Nursing*, 4(1), 1–12. <https://doi.org/10.37480/cjon.v4i1.67>
- Fitriah, N., Kk, I. F. J., Ayu, D. P., & Kamilah, I. (2023). *Keefektifan Metode Penyuluhan Door To Door Kelompok Dalam Upaya Promosi Kesehatan*.
- Iyong, E. A., Kairupan, B. H. R., & Engkeng, S. (2020). *PENGARUH PENYULUHAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG GIZI SEIMBANG PADA PESERTA DIDIK DI SMP NEGERI 1 NANUSA KABUPATEN TALAUD*. 9(7).
- Kemenkes, R. (2019). Infodatin Hipertensi. *Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Marbun, W. S., & Hutapea, L. M. N. (2022). Penyuluhan Kesehatan pada Penderita Hipertensi Dewasa terhadap Tingkat Pengetahuan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(1), 89–99. <https://doi.org/10.31539/jks.v6i1.4170>
- Notoatmodjo, s. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Octavianie, G., Pakpahan, J., Maspupah, T., & Debora, T. (2022). *Promosi Kesehatan Hipertensi Pada Usia Produktif Sampai Lansia di Wilayah Desa Lulut RT 04 RW 02 Kec. Klapanunggal Kab. Bogor*. 01(02).
- Prabawati, A. D., & Rohmah, F. (2017). Pengaruh Penyuluhan Dengan Video Terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Kader Kesehatan Untuk Melakukan SADARI di Desa Sumber Mulyo Bambanglipuro Bantul. *Universitas Aisyah Yogyakarta*.
- Rahman, H., Ramli, R., La Patilaiya, H., Hi. Djafar, M., & Musiana, M. (2021). Promosi Kesehatan untuk Meningkatkan Peran Aktif Masyarakat dalam Pencegahan Penyakit Tidak Menular. *BAKTI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 1(1), 1–11. <https://doi.org/10.51135/baktivol1iss1pp1-11>
- Rehena, Z., & Nendissa, A. R. (2024). Penyuluhan Kesehatan dan Senam Hipertensi pada Lansia di Desa Solea Kabupaten Seram Bagian Barat. *Bakti : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 28–34. <https://doi.org/10.51135/baktivol1iss2pp28-34>
- Rizalya, D., Ilmi, M. B., Renate, R., & Fauzi, C. (2022). Pencegahan Hipertensi Melalui Promosi Kesehatan di Wilayah Kerja Puskesmas Banjarmasin Indah Kota Banjarmasin.

- Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 4(3), 361. <https://doi.org/10.36565/jak.v4i3.333>
- Sagai, S. S., Engkeng, S., & Munayang, H. (2021). *PENGARUH PROMOSI KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN TANAMAN OBAT KELUARGA (SELEDRI DAN SEREH) UNTUK HIPERTENSI DI DESA MUNDUNG SATU KECAMATAN TOMBATU TIMUR KABUPATEN MINAHASA TENGGARA*. 10(2).
- Septianingsih, D. G. (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Pasien Hipertensi dengan Upaya Pengendalian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Samata. *Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar*.
- Sijabat, F., Purba, S. D., Saragih, F., Sianturi, G. S., & Ginting, M. (2020). *PROMOSI KESEHATAN PENCEGAHAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI KELURAHAN DWIKORA*. 1.
- Situmorang, R., & Pasha, E. Y. M. (2023). Interprofessional Education Melalui Promosi Kesehatan Keluarga Tentang Hipertensi di Kota Bandung. *Karya Kesehatan Siwalima*, 2(1), 15–20. <https://doi.org/10.54639/kks.v2i1.974>
- Sofiana, L. (2020). Edukasi Pencegahan Hipertensi Menuju Lansia Sehat Di Dusun Tegaltandan, Desa Banguntapan, Bantul. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 504–508. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v4i3.3867>
- Sukri, S., Palinggi, Y., Taliabo, P., & Lisma, L. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Pencegahan Hipertensi. *Jurnal Promotif Preventif*, 7(1), 52–57. <https://doi.org/10.47650/jpp.v7i1.1089>
- Sulistiyorini, S., Amukti, D. P., & Akrom. (2024). Upaya promosi kesehatan dan pencegahan hipertensi pada masyarakat. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 5(3), 402–408. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v5i3.21841>
- Sumampouw, O. J., Pinontoan, O. R., & Nelwan, J. E. (2023). Edukasi dan Promosi Kesehatan dalam Upaya Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(9), 2081–2087. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v1i9.471>
- Taamu, Dali, Muhsinah, S., & Syukur Bau, A. (2022). PROMOSI KESEHATAN DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN MENURUNKAN TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI. *Edukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS) : Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(2), 5–12. <https://doi.org/10.37160/emass.v4i2.19>
- Triana, D., & Hardiansyah. (2021). *Promosi Kesehatan Mengenai Hipertensi Dan Pemeriksaan Laboratorium Di Kelurahan Sumur Dewa Kota Bengkulu*. 19(01).
- Yulianis, Y., Fauziah, A. U., & Kusumawati, D. (2020). Informasi Kesehatan melalui Penyuluhan, Poster dan Leaflet di Dusun Talang Parit Desa Kemingking Dalam Kecamatan Taman Rajo Provinsi Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(2), 157. <https://doi.org/10.36565/jak.v2i2.118>