

## EDUKASI PEMAHAMAN TENTANG PENYAKIT HIPERTENSI MELALUI PENYULUHAN DI KELURAHAN RAMBUNG TIMUR KOTA BINJAI TAHUN 2025

Supardi<sup>1</sup>, Nayla Faradiba<sup>2</sup>, Fadli<sup>3</sup>,

<sup>1</sup>Dosen Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut, Indonesia

<sup>2</sup>Mahasiswa Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut, Indonesia

<sup>3</sup>Mahasiswa Akper Kesdam I/BB Binjai (Keperawatan) 20722, Sumut, Indonesia

e-mail: [supardi461@gmail.com](mailto:supardi461@gmail.com), [naylafaradiba825@gmail.com](mailto:naylafaradiba825@gmail.com),  
[nurfadli010761@gmail.com](mailto:nurfadli010761@gmail.com)

### Abstrak

Salah satu penyebab utama penyakit kardiovaskuler di dunia adalah hipertensi. Hipertensi sering disebut "the silent killer" karena sering tanpa keluhan, sehingga penderita tidak tahu kalau dirinya mengidap hipertensi. Terapi yang dapat digunakan untuk mengontrol tekanan darah adalah mengkonsumsi air rebusan bunga telang secara teratur. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis pengaruh konsumsi air rebusan bunga telang (*cilitoria ternatea*) terhadap penurunan tekanan darah pada lansia. Metode: Desain penelitian ini menggunakan one group pre-post test. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia penderita hipertensi Rambung Timur sebanyak 20 dan bersedia menjadi responden 4 orang. Analisis data menggunakan uji Uji Shapiro-Wilk didapatkan nilai  $t$  dan  $p$  Value  $0,001 < 0,05$  berada pada signifikansi perbedaan sebelum dan sesudah. Hasil: Rata-rata tekanan darah sebelum intervensi adalah 150 mmHg untuk tekanan darah sistolik dan 90 mmHg untuk tekanan darah diastolik. Rata-rata tekanan darah setelah intervensi 120 mmHg untuk tekanan darah sistolik dan 80 mmHg untuk tekanan darah diastolik. Hasil penelitian dengan menggunakan uji parametrik uji paired t-test di dapat nilai  $p$  Value sebesar  $(0,001) < \alpha$   $(0,05)$ , dengan begitu terdapat pengaruh yang signifikan pemberian air rebusan bunga telang (*cilitoria ternatea*) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

**Kata Kunci : Bunga Telang (*Cilitoria Ternatea*) ,Hipertensi ,Lansia**

### Abstract

One of the main causes of cardiovascular disease in the world is hypertension. Hypertension is often called "the silent killer" because it often occurs without symptoms, so sufferers do not know that they have hypertension. Therapy that can be used to control blood pressure is to consume boiled water from butterfly pea flowers regularly. The purpose of this study was to analyze the effect of consuming boiled water from butterfly pea flowers (*cilitoria ternatea*) on reducing blood pressure in the elderly. Method: This study design used a one group pre-post test. The population in this study were all elderly people with hypertension in East Rambung, totaling 20 and 4 people willing to be respondents. Data analysis using the Shapiro-Wilk Test obtained a  $t$  value and  $p$  Value of  $0.001 < 0.05$  at the significance of the difference before and after. Results: The average blood pressure before the intervention was 150 mmHg for systolic blood pressure and 90 mmHg for diastolic blood pressure. The average blood pressure after the intervention was 120 mmHg for systolic blood pressure and 80 mmHg for diastolic blood pressure. The results of the study using the parametric test paired t-test obtained a  $p$  Value of  $(0.001) < \alpha$   $(0.05)$ , so there is a significant effect of giving boiled water of butterfly pea flowers (*cilitoria ternatea*) on reducing blood pressure in people with hypertension.

**Keywords: Butterfly pea flowers (*Cilitoria ternatea*), Hypertension, Elderly**

## 1. PENDAHULUAN

Hipertensi dapat menyebabkan komplikasi yang mengenai berbagai organ target, seperti jantung, otak, ginjal, mata, dan arteri perifer. Kerusakan organ-organ diatas bergantung pada seberapa tinggi tekanan darah dan seberapa lama tekanan darah tinggi tersebut terkontrol dan tidak diobati (Muhadi 2016; S. Putra & Susilawati, 2022). Hipertensi seringkali tidak menimbulkan gejala, sementara tekanan darah yang terus bertambah tinggi dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan komplikasi. Salah satu upaya penurunan angka mortalitas dan morbiditas hipertensi adalah penurunan atau mengontrol tekanan darah (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023).

*World Health Organization (WHO,2019)*<sup>(4)</sup>, menunjukkan sekitar 1,13 juta orang di dunia mengalami hipertensi dan paling banyak dialami oleh negara-negara dengan pendapatan rendah. Tingkat pendidikan, pengetahuan, dan pendapatan yang rendah serta sedikitnya akses terhadap program pendidikan kesehatan menyebabkan penduduk di negara-negara dengan pendapatan rendah memiliki pengetahuan yang rendah pula terhadap hipertensi.

Prevalensi hipertensi di Provinsi Sumatera Utara berdasarkan data Badan Litbangkes Kementerian Kesehatan mencapai 5,52% dari jumlah penduduk di Sumatera Utara. Prevalensi hipertensi pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun menurut Kabupaten/Kota di Provinsi Sumatera Utara dengan peringkat tertinggi sebesar 8,21% pada Kabupaten Karo, diikuti Sibolga sebesar 7.85%. Sedangkan Kota Medan mendapatkan prevalensi sebesar 4,97%. Berdasarkan kelompok usia prevalensi tertinggi terdapat pada usia 65-74 tahun sebesar 18,07%. Dari jenis kelamin didapatkan perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki dengan prevalensi 7,2% dan 3,79%. Bila dilihat dari karakteristik wilayah didapatkan bahwa wilayah perkotaan memiliki prevalensi yang lebih tinggi dibandingkan pedesaan yaitu sebesar 5,84% dan 5,14% (Balitbangkes Depkes RI, 2019).

Data yang ditemukan dari Puskesmas Rambung Timur bahwa hipertensi merupakan penyakit nomor 2 tertinggi di wilayah kerja Puskesmas Rambung Timur tahun 2022. (Dinkes Kota Binjai, 2022). Berdasarkan data Puskesmas Rambung tahun 2024 dimana jumlah penyakit hipertensi mencapai 2628 orang dan terus bertambah setiap tahunnya.

## 2. METODE PELAKSANAAN

### 2.1 Pemilihan Responden

Responden pengabdian kepada para masyarakat dengan edukasi pemahaman tentang penyakit hipertensi melalui penyuluhan di Kecamatan Rambung Timur Kota Binjai tahun 2025.

### 2.2 Alat dan Bahan

Alat bahan yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah:

- Spanduk
- Laptop
- Video
- Kamera
- Tripot
- Exercise Bed
- Booklet

- Poster
- Data sekunder kondisi umum masyarakat

### 2.3 Cara Pengumpulan Data

Data sekunder ( Data kesehatan masyarakat Kelurahan Rambung Timur)

### 2.4 Analisa Data

Data yang diperoleh merupakan data kesehatan masyarakat yang meliputi: tekanan darah, umur, jenis kelamin. Data sekunder ini diolah dengan menggunakan data demografi sehingga didapat gambaran data yang valid

## 3. LAPORAN KEGIATAN

Laporan kegiatan ini terdiri dari ; a. persiapan, b. pelaksanaan, c. penyuntingan laporan hasil pemeriksaan kondisi umum masyarakat terkait : umur, jenis kelamin, d. pembahasan dan pengolahan data hasil pemeriksaan, e. tindak lanjut kegiatan berkala dan f. luaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

### 3.1 Persiapan

Persiapan dilakukan beberapa tahap :

#### 3.1.1 Koordinasi dengan Kelurahan Rambung Timur

Koordinasi dengan Kelurahan Rambung Timur telah berlangsung sejak tahun 2021 dengan ditandatanganinya surat perjanjian kerjasama dalam bentuk MoU serta penugasan pengelolaan dan pembinaan keluarga masyarakat dalam bentuk pengabdian kepada masyarakat (PKM) oleh pihak Pemda Binjai dan Kelurahan Rambung Timur kepada institusi Perguruan Tinggi dalam hal ini Akper Kesdam I/BB Binjai. Dalam rangka memenuhi program kerja dalam surat perjanjian kerjasama yang telah disepakati tersebut serta untuk menjaga kualitas masyarakat, maka untuk proses keberlanjutan dilaksanakan pembinaan keluarga masyarakat secara berkala dan teratur, yang dilaksanakan oleh Akper Kesdam I/BB Binjai.

#### 3.1.2 Koordinasi dengan pengurus organisasi masyarakat Kelurahan Rambung Timur

Tim Akper Kesdam I/BB Binjai dalam memenuhi program yang telah tertuang dalam MoU, berkoordinasi dengan Ketua dan pengurus masyarakat kelurahan kelurahan Rambung Timur untuk membahas bentuk atau model pelaksanaan pada masyarakat. Berdasarkan hasil pembicaraan dalam persiapan dengan ketua dan pengurus organisasi masyarakat kelurahan Rambung Timur Binjai, maka disepakati untuk diadakan kegiatan sosialisasi edukasi pada penderita hipertensi pada masyarakat dengan cara melaksanakan penyuluhan.

- a. Waktu yang dapat disepakati bersama untuk pelaksanaan adalah, 15 April 2025 pukul 08.00 WIB-10.00WIB.

#### 3.1.3 Persiapan tim

Persiapan tim dilaksanakan dalam aspek akademik dan logistik. Untuk aspek logistik, masing-masing anggota mendapatkan penugasan.

- a. Kelompok penyuluhan  
Kelompok penyuluhan bertanggung jawab menyusun dan

menyampaikan materi penyuluhan dan booklet yang berisi sosialisasi tentang penyebab serta potensi serta Diabetes yang akan terjadi dan panduan pencegahan (terlampir).

### **3.2 Pelaksanaan**

#### **3.2.1. Penyuluhan**

Penyuluhan dilaksanakan tanggal 15 April 2025 di kelurahan Rambung Timur . Acara dimulai pada pukul 10.00 WIB setelah kegiatan senam masyarakat pada pukul 08.00 WIB.

#### **3.2.2. Pengumpulan data sekunder hasil pemeriksaan kondisi umum masyarakat**

Data tentang kondisi umum masyarakat di kelurahan Rambung Timur Binjai diambil berdasarkan hasil pemeriksaan rutin bulan 15 April 2025 , yang terdiri dari: jenis kelamin, tekanan darah, yang merupakan faktor pemicu Diabetes pada masyarakat

### **3.3. Tindak Lanjut Kegiatan**

Sesuai dengan rencana, pada 15 April 2025 tim melakukan evaluasi hasil serta tanggapan atau respon ataupun kondisi masyarakat beserta keluarga dari kader yang bersedia untuk mengetahui adanya perkembangan situasi dan pengaruh penyuluhan yang telah diberikan. Berkenaan dengan topic pada tulisan pengabdian Masyarakat ini, maka melalui kegiatan ini dilakukan penyuluhan edukasi pada masyarakat tentang motivasi mengikuti vaksinasi di kelurahan Rambung Timur yang dilaksanakan pada tanggal 15 April 2025 yang diikuti oleh 35 peserta, yang terdiri dari masyarakat yang ada di kelurahan Rambung Timur serta pengurus kelurahan. Kegiatan pengabdian ini pada saat pelaksanaan meminta kepada para peserta untuk mengisi daftar hadir peserta secara langsung disertai dengan saran dan manfaat yang mereka dapatkan dari kegiatan ini. Narasumber penyuluhan merupakan praktisi akademisi yang berasal dari mahasiswa/i Akper Kesdam I/BB Binjai dan Dosen yang menguasai persoalan di bidangnya.







**Gambar 2 :** (a), (b) dan (c) melakukan kegiatan penyuluhan mengenai penyakit hipertensi yang dibawa oleh dosen dan mahasiswa/i Akper Kesdam I/BB Binjai

#### 4 HASIL DAN PEMBAHASAN

Hipertensi atau yang lebih dikenal dengan tekanan darah tinggi adalah penyakit kronik akibat desakan darah yang berlebihan dan hampir tidak konstan pada arteri. Tekanan dihasilkan oleh kekuatan jantung ketika memompa darah. Hipertensi berkaitan dengan meningkatnya tekanan pada arterial sistemik, baik diastolik maupun sistolik secara terus-menerus. Gejala hipertensi sulit diketahui karena tidak memiliki gejala khusus. Gejala yang mudah diamati yaitu pusing, sering gelisah, wajah merah, telinga berdengung, sesak napas, mudah lelah, mata berkunang-kunang (Sutanto, 2010; Sijabat et al., 2020).

Gejala klinis yang dialami oleh para penderita hipertensi biasanya berupa pusing, mudah marah, telinga berdengung, sukar tidur, sesak nafas, rasa berat di tengkuk, mudah lelah, mata berkunang-kunang, dan mimisan (jarang dilaporkan). Individu yang menderita hipertensi kadang tidak menampakkan gejala sampai bertahun-tahun. Gejala bila ada menunjukkan adanya kerusakan vaskuler, dengan manifestasi yang khas sesuai sistem organ yang divaskularisasi oleh pembuluh darah bersangkutan. Perubahan patologis pada ginjal dapat bermanifestasi sebagai nokturia (peningkatan urinasi pada malam hari) dan azetoma peningkatan nitrogen urea darah. Keterlibatan pembuluh darah otak dapat menimbulkan stroke atau serangan iskemik transien yang bermanifestasi sebagai paralisis sementara pada satu sisi (hemiplegia) atau gangguan tajam penglihatan. Hipertensi yang terjadi dalam kurun waktu yang lama akan menimbulkan komplikasi pada berbagai organ tubuh yaitu otak, mata, jantung, pembuluh darah arteri, dan ginjal. Dampak terjadinya komplikasi yaitu penurunan kualitas hidup penderita yang kemungkinan terburuknya adalah kematian (Nilawati, dkk 2023).

#### 5 PENUTUP

##### 5.1 Kesimpulan

1. Dalam melaksanakan kegiatan ini yaitu edukasi kesehatan tentang hipertensi sebagai upaya pengendalian stroke tentunya ada hambatan dan masalah-masalah yang muncul, namun hal tersebut tidak menghilangkan semangat kami dalam menyelesaikan kegiatan ini.
2. Kegiatan ini berdampak positif bagi masyarakat kelurahan Rambung Timur dalam meningkatkan pengetahuan dibidang kesehatan khususnya hipertensi.

3. Kegiatan ini mendapat apresiasi dan dukungan masyarakat setempat.
4. Terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dalam upaya peningkatan pengetahuan masyarakat kelurahan Rambung Timur tahun 2025.

## 5.2 Saran

Adapun saran yang dapat kami berikan selama pelaksanaan kegiatan ini adalah :

1. Diharapkan masyarakat Rambung Timur agar lebih tahu dalam hal kesehatan khususnya hipertensi
2. Diharapkan masyarakat Rambung Timur agar lebih sadar untuk melakukan pemeriksaan kesehatan, dalam hal ini pemeriksaan Tekanan Darah
3. Diharapkan masyarakat Rambung Timur agar menerapkan pola hidup sehat sebagai salah satu upaya pencegahan pada hipertensi.
4. Perlu dilakukan kegiatan seperti ini secara rutin agar masyarakat dapat mengetahui dan mencegah penyakit hipertensi sehingga terwujud masyarakat yang sehat dan berdaya guna.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Aprilia, E.N. (2023) ‘Pengaruh Pemberian Teh Bunga Telang (*Clitoria Ternatea*) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi’, Jurnal Penelitian Perawat Profesional, 5(3), pp. 1191–1198.
2. Muhadi. (2016). Putra & Susilawati, 2022 JNC 8: Evidence-based Guideline Penanganan pasien hipertensi dewasa.
2. Andriani, D. and Murtisiwi, L. (2020) ‘Uji Aktivitas Antioksidan Ekstrak Etanol 70% Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L) dari Daerah Sleman dengan Metode DPPH’, Pharmacon: Jurnal Farmasi Indonesia, 17(1), pp. 70–76.
3. Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). HIPERTENSI; ARTIKEL REVIEW. *Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100-117.
4. WHO (*World Health Organization*) (2019) ‘Jumlah Pengidap Penyakit Hipertensi di Dunia’, Available at : <https://www.suara.com/health/2021/08/25/181024/who-720-juta-pengidap-hipertensi-di-dunia-tidak-mendapatkan-pengobatan-yang-efektif>. Diakses Pada Hari Senin, 02 Maret 2025.
5. Evita A. dkk, (2022). *Prilaku Orang Tua Terhadap Perkembangan Kecerdasan Anak Usia Prasekolah (3-5 Tahun) di Desa Tandem Hilir 1 Kecamatan Hampan Perak Tahun 2022, sumut Indonesia*. <https://jurnal.akperkesdam-binjai.ac.id/index.php/jkbb/article/view/106/95>.
6. Supardi, (2024). *Efektivitas Penggunaan Paramlengkuas (Alpiniagalanga ) Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri rheumatoid Arthritis pada Lansia di Puskesmas Tanah Tinggi Binjai tahun 2024*. <https://jurnal.akperkesdam-binjai.ac.id/index.php/jkbb/article/view/161/127>.

7. Marlianna G, (2021). *Etahuan Ibu Hamil Tentang Kebutuhan Gizi Pada Trimester I Di Dusun Bantan Desa Tanjung Putus Kecamatanpadangmbagaran Pengtualang Kabupatenlangkat Tahun 2021*. <https://jurnal.akperkesdam-binjai.ac.id/index.php/jkbb/article/view/95/83>.
8. Katini, (2023). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pre-Eklampsia Di Rumah Sakit Tk Iv.01.07.02 Binjaitahun 2023*. <https://jurnal.akperkesdam-binjai.ac.id/index.php/jkbb/article/view/128/112>.
9. Ade Irma T.S, (2024). *Edukasi Cara Menjaga Kesehatan Sistem Reproduksi Remaja Di Sma Swasta St. Thomas Binjai*. <https://jurnal.akperkesdam-binjai.ac.id/index.php/jabb/article/view/142/140>.
10. Supardi, (2024). *Pengabdian Masyarakat Pencegahan Stunting Melalui Penyuluhan Kepada Ibu Balita Di Kelurahan Dataran Tinggi Binjai Tahun 2022*. <https://jurnal.akperkesdam-binjai.ac.id/index.php/jabb/article/view/66>.