

**PENGARUH PROMOSI KESEHATAN TENTANG HIPERTENSI MELALUI
POSBINDU PTM TERHADAP PERILAKU DETEKSI DINI TEKANAN DARAH PADA
MASYARAKAT USIA PRODUKTIF**

**(THE EFFECT OF HEALTH PROMOTION ABOUT HYPERTENSION THROUGH
POSBINDU PTM ON EARLY DETECTION BEHAVIOR OF BLOOD PRESSURE IN THE
PRODUCTIVE AGE COMMUNITY)**

Puguh santoso¹, Tutut Pujiyanto², Nurita³

^{1,3}Akademi Kesehatan Dharma Husada Kediri

²Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

Email : puguhsantoso12@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) dengan prevalensi tinggi di Indonesia dan sering tidak terdeteksi sejak dini. Promosi kesehatan melalui Posbindu PTM menjadi strategi penting dalam meningkatkan perilaku deteksi dini, seperti pemeriksaan tekanan darah dan pola makan sehat. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh promosi kesehatan tentang hipertensi melalui Posbindu PTM terhadap perilaku deteksi dini pada masyarakat usia produktif. **Metodologi:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *pre-eksperimental* one group pretest-posttest. Sampel berjumlah 47 orang berusia 15–59 tahun, dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner terstruktur dan *checklist* pemeriksaan kesehatan. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. **Hasil dan Diskusi:** Terdapat peningkatan yang signifikan pada perilaku deteksi dini setelah intervensi promosi kesehatan ($p < 0,05$), baik dalam hal pemeriksaan tekanan darah rutin maupun penerapan pola makan sehat. **Kesimpulan:** Promosi kesehatan melalui Posbindu PTM berpengaruh terhadap peningkatan perilaku deteksi dini hipertensi. Disarankan agar program Posbindu dioptimalkan pelaksanaannya secara rutin.

Kata Kunci: Promosi Kesehatan, Perilaku Pencegahan, Masyarakat, Pencegahan Penyakit

ABSTRACT

Introduction: Hypertension is one of the non-communicable diseases (NCDs) with a high prevalence in Indonesia and is often undetected in its early stages. Health promotion through Posbindu PTM is an important strategy to improve early detection behaviors, such as routine blood pressure monitoring and adopting healthy eating habits. **Objective:** This study aimed to determine the effect of health promotion about hypertension through Posbindu PTM on early detection behavior in the productive-age population. **Methodology:** This quantitative study employed a *pre-experimental* one-group pretest-posttest design. The sample consisted of 47 individuals aged 15–59 years, selected using *purposive sampling*. Data were collected using a structured questionnaire and a health checklist. The Wilcoxon Signed Rank Test was used for data analysis. **Results and Discussion:** There was a significant improvement in early detection behavior following the health promotion intervention ($p < 0.05$), both in routine blood pressure checks and healthy eating patterns. **Conclusion:** Health promotion through Posbindu PTM significantly influences the enhancement of early detection behaviors related to hypertension. It

is recommended that the Posbindu program be routinely optimized for better community health outcomes.

Keywords: *Health Promotion, Preventive Behavior, Community, Disease Prevention*

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang paling umum dan menjadi faktor risiko utama penyakit kardiovaskular, stroke, dan gagal ginjal. Berdasarkan data World Health Organization (WHO), sekitar 1,28 miliar orang dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi, dan hampir dua pertiga dari mereka tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2021). Di Indonesia, prevalensi hipertensi berdasarkan hasil Riskesdas 2018 mencapai 34,1%, dan kondisi ini semakin meningkat pada kelompok usia produktif (30–59 tahun), yang seharusnya menjadi tulang punggung produktivitas ekonomi nasional (Kemenkes RI, 2018).

Upaya penanggulangan hipertensi tidak hanya cukup dilakukan dengan pengobatan, tetapi juga harus melalui pendekatan promotif dan preventif. (Vilasari et al., 2024) Deteksi dini tekanan darah merupakan salah satu langkah penting untuk mencegah komplikasi hipertensi. Namun, kesadaran masyarakat usia produktif untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin masih rendah karena minimnya informasi, kesibukan kerja, serta kurangnya pemahaman tentang pentingnya deteksi dini (Zuidah, 2021). Oleh karena itu, intervensi berupa promosi kesehatan menjadi strategi yang krusial dalam meningkatkan perilaku deteksi dini. (La ode Asrianto, Teti Susliyanti Hasiu, Marwah Aisyah, 2022)

Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM) merupakan salah satu upaya pemerintah dalam mendekatkan pelayanan promotif dan preventif kepada masyarakat. Posbindu PTM memberikan layanan skrining kesehatan, termasuk pemeriksaan tekanan

darah, konsultasi gizi, serta edukasi gaya hidup sehat, dengan melibatkan partisipasi aktif masyarakat (Purqoti et al., 2022). Program ini seharusnya mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat usia produktif terhadap pentingnya deteksi dini hipertensi. (Health & Journal, 2025)

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pelaksanaan promosi kesehatan melalui media dan fasilitas lokal seperti Posbindu PTM dapat meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku masyarakat terkait pencegahan penyakit tidak menular (Maryanti et al., 2022). Namun, efektivitas intervensi ini masih bervariasi, tergantung pada metode edukasi, frekuensi pelaksanaan, serta keterlibatan masyarakat sasaran.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh promosi kesehatan tentang hipertensi melalui Posbindu PTM terhadap perilaku deteksi dini tekanan darah pada masyarakat usia produktif. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi dasar pengembangan strategi promosi kesehatan yang lebih efektif, serta memperkuat peran Posbindu PTM dalam pengendalian hipertensi secara komprehensif.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest. Subjek penelitian adalah masyarakat usia produktif (15–59 tahun) yang berdomisili di Kelurahan X. Jumlah sampel sebanyak 47 orang yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi. Intervensi yang diberikan berupa kegiatan promosi kesehatan tentang hipertensi

melalui media penyuluhan dan diskusi kelompok terarah dalam rangkaian kegiatan Posbindu PTM. Materi meliputi pengertian hipertensi, faktor risiko, pentingnya deteksi dini, cara pemeriksaan tekanan darah, dan penerapan pola makan sehat (mengetahui garam tersembunyi, konsumsi buah/sayur, dll).

Instrumen penelitian berupa kuesioner perilaku deteksi dini (pretest dan posttest) dan lembar observasi pemeriksaan tekanan darah. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia (tahun)	15–24	10	21,3%
	25–44	26	55,3%
	45–59	11	23,4%
Jenis Kelamin	Laki-laki	18	38,3%
	Perempuan	29	61,7%

Tabel di atas menunjukkan distribusi karakteristik 47 responden yang telah mengikuti program promosi kesehatan

Tabel 2. Distribusi Perilaku Deteksi dini

Indikator Perilaku	Kategori	Pretest n (%)	Posttest n (%)
Frekuensi Pemeriksaan Tekanan Darah	Tidak pernah	19 (40,4%)	4 (8,5%)
	Kadang-kadang ($\leq 1x/bln$)	21 (44,7%)	13 (27,7%)
	Rutin ($\geq 2x/bln$)	7 (14,9%)	30 (63,8%)
Pola Makan Sehat	Tidak sehat	17 (36,2%)	5 (10,6%)
	Cukup sehat	22 (46,8%)	17 (36,2%)
	Sehat	8 (17,0%)	25 (53,2%)

Tabel di atas menunjukkan distribusi perilaku deteksi dini pada 47 responden

yang telah mengikuti program promosi kesehatan.

Tabel 3. Hasil Uji Statistik Wilcoxon

Indikator Perilaku	Z hitung	p-value	Keterangan
Frekuensi Pemeriksaan Tekanan Darah	-5,274	0,000	Signifikan ($p < 0,05$)
Pola Makan Sehat	-4,856	0,000	Signifikan ($p < 0,05$)

Berdasarkan hasil uji Wilcoxon, terdapat perbedaan yang signifikan antara perilaku sebelum dan sesudah promosi kesehatan tentang hipertensi melalui Posbindu PTM pada kedua indikator perilaku deteksi dini tekanan darah.

Pada indikator frekuensi pemeriksaan tekanan darah, diperoleh nilai Z hitung sebesar -5,274 dengan nilai p -value 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa terdapat perubahan perilaku yang signifikan setelah intervensi dilakukan. Hal ini mengindikasikan bahwa promosi kesehatan yang diberikan mampu meningkatkan frekuensi masyarakat usia produktif dalam melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin.

Sementara itu, pada indikator pola makan sehat, diperoleh nilai Z hitung sebesar -4,856 dengan p -value 0,000 ($p < 0,05$), yang juga menunjukkan adanya perubahan perilaku yang signifikan. Artinya, promosi kesehatan melalui Posbindu PTM turut berkontribusi dalam meningkatkan kesadaran dan praktik pola makan sehat sebagai bagian dari pencegahan hipertensi. Dengan demikian, promosi kesehatan melalui Posbindu PTM terbukti berpengaruh signifikan terhadap perubahan perilaku deteksi dini hipertensi pada masyarakat usia produktif, baik dalam hal peningkatan frekuensi pemeriksaan tekanan darah maupun penerapan pola makan sehat.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa promosi kesehatan tentang hipertensi yang dilakukan melalui Posbindu PTM berpengaruh signifikan terhadap perubahan perilaku deteksi dini tekanan darah pada masyarakat usia produktif, baik dalam hal frekuensi pemeriksaan tekanan darah maupun pola makan sehat. Temuan ini konsisten dengan teori Health Belief Model (HBM) yang menyatakan bahwa seseorang akan melakukan tindakan pencegahan penyakit jika mereka merasa terancam oleh penyakit tersebut, memiliki pengetahuan yang cukup, dan mendapat dorongan dari lingkungan atau media edukatif (Fitriahadi & Utami, 2020). Dalam konteks ini, promosi kesehatan yang diberikan melalui Posbindu berfungsi sebagai stimulus eksternal yang memperkuat persepsi individu tentang pentingnya deteksi dini hipertensi. (Vilasari et al., 2024)

Peningkatan frekuensi pemeriksaan tekanan darah setelah intervensi menunjukkan bahwa promosi kesehatan melalui media interpersonal seperti Posbindu efektif dalam membangun kesadaran terhadap pentingnya deteksi dini. Hal ini sejalan dengan penelitian (Zuidah, 2021) yang menemukan bahwa edukasi melalui Posbindu secara signifikan meningkatkan perilaku pencegahan hipertensi, khususnya dalam pemeriksaan tekanan darah secara mandiri dan rutin. Keterlibatan kader kesehatan dan penggunaan bahasa yang mudah dipahami menjadi salah satu faktor keberhasilan intervensi. (Fitriahadi & Utami, 2020)

Selain itu, perubahan signifikan pada pola makan sehat menunjukkan bahwa promosi kesehatan yang berbasis komunitas tidak hanya mampu meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mengubah kebiasaan yang telah tertanam sebelumnya. yang menyatakan bahwa kegiatan edukatif di Posbindu mampu mengubah pola makan masyarakat menjadi lebih sehat, terutama

dalam mengurangi konsumsi garam, lemak jenuh, dan makanan tinggi kolesterol. Intervensi yang dilakukan secara konsisten dan berbasis partisipatif membuat informasi kesehatan lebih mudah diterima dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. (Susanto et al., 2023)

Dari sudut pandang praktis, keberhasilan promosi kesehatan melalui Posbindu PTM ini juga memperkuat peran strategis Posbindu sebagai sarana pelayanan promotif dan preventif yang dapat menjangkau langsung masyarakat usia produktif, yang selama ini sering terlewatkan dalam program kesehatan karena kesibukan kerja dan kurangnya waktu untuk memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan formal. Kelompok usia produktif cenderung abai terhadap upaya deteksi dini hipertensi karena merasa sehat, sehingga dibutuhkan pendekatan edukatif yang mudah diakses dan berkelanjutan seperti yang dilakukan di Posbindu. (Fitriahadi & Utami, 2020)

Dengan demikian, hasil penelitian ini tidak hanya membuktikan secara statistik bahwa promosi kesehatan berpengaruh terhadap perilaku deteksi dini hipertensi, tetapi juga menegaskan pentingnya penguatan program Posbindu PTM sebagai bagian dari strategi nasional pengendalian penyakit tidak menular. Intervensi edukatif yang berkelanjutan, berbasis komunitas, dan melibatkan partisipasi aktif masyarakat terbukti efektif dalam membentuk perilaku kesehatan yang preventif, terutama di kalangan usia produktif yang rentan namun kurang terlayani. (Habeahan et al., 2024)

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa promosi kesehatan tentang hipertensi melalui Posbindu PTM berpengaruh signifikan terhadap peningkatan perilaku deteksi dini tekanan darah pada masyarakat usia produktif. Intervensi edukatif yang diberikan terbukti

mampu meningkatkan frekuensi pemeriksaan tekanan darah serta mendorong penerapan pola makan sehat sebagai langkah preventif terhadap hipertensi. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan promotif yang dilakukan secara langsung, partisipatif, dan berbasis komunitas melalui Posbindu PTM efektif dalam membentuk kesadaran dan perilaku hidup sehat pada kelompok usia yang cenderung abai terhadap risiko hipertensi.

Temuan ini memperkuat pentingnya penguatan peran Posbindu PTM sebagai garda terdepan dalam pengendalian penyakit tidak menular, khususnya hipertensi. Keberhasilan program ini tidak hanya bergantung pada isi materi edukasi, tetapi juga pada kontinuitas pelaksanaan, keterlibatan kader, dan pendekatan yang sesuai dengan karakteristik masyarakat sasaran.

Berdasarkan hasil tersebut, penulis menyarankan agar program promosi kesehatan melalui Posbindu PTM ditingkatkan cakupannya dan dilakukan secara rutin, khususnya di wilayah dengan populasi usia produktif yang tinggi. Dinas kesehatan dan puskesmas diharapkan memberikan dukungan penuh terhadap keberlanjutan kegiatan Posbindu, baik dalam hal pelatihan kader, penyediaan media edukasi, maupun integrasi data hasil deteksi dini ke dalam sistem informasi kesehatan. Selain itu, perlu dikembangkan model promosi kesehatan yang lebih variatif dan inovatif, termasuk pemanfaatan media digital sebagai pelengkap kegiatan tatap muka, agar pesan-pesan kesehatan dapat menjangkau lebih luas dan memperkuat perubahan perilaku yang telah dibentuk melalui Posbindu.

KEPUSTAKAAN

Fitriahadi, E., & Utami, I. (2020). Optimalisasi Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan dan Pemeriksaan Kesehatan Lansia Sebagai

Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Lansia di Giripeni Wates Kulon Progo. *Proceeding of The URECOL*, 200–206.

Habeahan, N. K., Habeahan, N. K., Juniarti, N., & Mulya, A. P. (2024). *Perilaku dan Promosi Kesehatan : Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior* Perilaku Pemeriksaan Kesehatan Dasar Untuk Mencegah Risiko Penyakit Jantung Pada Lansia Perilaku Pemeriksaan Kesehatan Dasar Untuk Mencegah Risiko Penyakit Jantung Pada L. 6(1). <https://doi.org/10.47034/ppk.v6i1.1083>

Health, M., & Journal, S. (2025). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Hipertensi Pada Peserta Prolanis Hipertensi Di Desa Margototo Kec.Metro Kibang Kabupaten. *MALAHAYATI HEALTH STUDENT JOURNAL*, 5, 2106–2114.

La ode Asrianto, Teti Susliyanti Hasiu, Marwah Aisyah, R. (2022). Pengaruh Intervensi Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Praktek Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa di SD Negeri 1 Lawele Kecamatan Lasalimu Kabupaten Buton. *Jurnal Ilmiah Obsgin*, 14, 85–88.

Maryanti, E., Asriwati, & Lismawati, T. (2022). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Perilaku Masyarakat Dalam Menerapkan PHBS Di Kelurahan Sirantau Kecamatan Datuk Bandar. *Journal Healthy Purpose*, 1(1), 12–19. <https://doi.org/10.56854/jhp.v1i1.32>

Purqoti, D. N., Baiq Rulli Fatmawati, Zaenal arifin, Ilham, Zuliardi, & Harlina putri Rusiana. (2022). Peningkatan Pengetahuan Penyakit Tidak Menular (PTM) Pada Masyarakat Resiko Tinggi Melalui Pendidikan Kesehatan. *LOSARI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 99–104. <https://doi.org/10.53860/losari.v4i2.108>

- Susanto, A. J., Restiaty, I., & Nopiyanti, E. (2023). Studi Hubungan Antara Promosi Kesehatan dan Keselamatan Kerja dengan Tingkat Kepatuhan Pemakaian Alat Pelindung Diri pada Pekerja Unit Produksi di PT. X Depok Jawa Barat. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 24053–24060.
- Vilasari, D., Ode, A. N., Sahilla, R., Febriani, N., & Purba, S. H. (2024). Peran Promosi Kesehatan Dalam Meningkatkan Kesadaran Masyarakat Terhadap Penyakit Tidak Menular (PTM): Studi Literatur. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(7), 2635–2648. <https://doi.org/10.56338/jks.v7i7.5626>
- Zuidah. (2021). Pengaruh Promosi Kesehatan terhadap Perilaku Pencegahan dan Pengobatan Tuberkulosis Paru di Puskesmas Batu Tunggal Labuhan Batu Utara Kecamatan Na Lx/X Kabupaten Labuhanbatu Utara Tahun 2021. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JURKESMAS)*, 1(1), 14–25. <https://doi.org/10.53842/jkm.v1i1.8>