



## **Edukasi Berbasis Kearifan Lokal untuk Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Masyarakat dalam Pengendalian Penyakit Tidak Menular**

**Yosi Suryarinilsih<sup>1\*</sup>, Lola Felnanda Amri<sup>2</sup>, Murniati<sup>3</sup>, Sila Dewi Anggreni<sup>4</sup>, Zurni Nurman<sup>5</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup>Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Padang, Indonesia

<sup>5</sup>Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Padang, Indonesia

Email: <sup>1\*</sup>yosisuryarinilsih@gmail.com

### **Abstract**

*Non-Communicable Diseases (NCDs) remain a major global health challenge, contributing significantly to morbidity and mortality. Effective NCD control requires community empowerment through education and mentoring based on local wisdom. This community service program aimed to improve public knowledge, early detection behavior, and skills in NCD prevention and control. The program was conducted from June to July 2025 in Padang Sarai and Batipuh Panjang, Padang City, involving 70 community participants with support from lecturers, students, and primary healthcare workers. A participatory community-based approach was implemented through three stages: health screening, education and training, and evaluation. Educational activities included sessions on hypertension, balanced nutrition, hypertension exercise training, and the use of local plants such as cucumber, bay leaves, and celery as evidence-based herbal therapies, as well as cardiovascular emergency education. Evaluation using pre- and post-tests showed an increase in knowledge scores from 60 % to 88,6%; 90% of participants understood local herbal use, 84,3% could perform hypertension exercises, 92,86 % mastered healthy eating patterns, and 85,7 % recognized heart attack signs. These findings indicate that integrated educational approaches rooted in local wisdom effectively empower communities and enhance NCD prevention capacity.*

**Keywords:** *Early Detection, Health Education, Hypertension, Local Wisdom, Non-Communicable Diseases.*

### **Abstrak**

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan tantangan kesehatan global dengan kontribusi tinggi terhadap morbiditas dan mortalitas. Pengendalian PTM memerlukan pemberdayaan masyarakat melalui edukasi dan pendampingan yang memanfaatkan kearifan lokal. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan, perilaku deteksi dini, dan keterampilan masyarakat dalam pengendalian PTM. Program dilaksanakan pada Juni–Juli 2025 di Kelurahan Padang Sarai dan Batipuh Panjang, Kota Padang, melibatkan 70 peserta masyarakat, dengan pendampingan oleh dosen, mahasiswa, dan tenaga kesehatan puskesmas. Metode menggunakan pendekatan partisipatif berbasis masyarakat melalui tiga tahap: skrining kesehatan, edukasi dan pelatihan, serta evaluasi. Edukasi mencakup penyuluhan hipertensi, gizi seimbang, pelatihan senam hipertensi, serta pemanfaatan tanaman lokal seperti mentimun, daun salam, dan seledri sebagai terapi herbal berbasis Evidence-Based Nursing, Edukasi Kegawatdaruratan Kardiovaskuler. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test. Hasil menunjukkan peningkatan skor pengetahuan dari 60 % menjadi 88,6%; 90% peserta memahami pemanfaatan herbal lokal, 84,3 % mampu melakukan senam hipertensi, 92,86 % menguasai pola makan sehat, dan 85,7% mengenali tanda serangan jantung. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif terintegrasi berbasis kearifan lokal dapat memberdayakan masyarakat, meningkatkan kesadaran dan keterampilan pengendalian PTM, serta menjadi model intervensi yang dapat diterapkan di komunitas lain.

**Kata Kunci:** Deteksi dini, Edukasi Kesehatan, Hipertensi, Kearifan lokal, Penyakit Tidak Menular.

### **A. PENDAHULUAN**

Penyakit tidak menular (PTM) saat ini menjadi salah satu problematika utama kesehatan masyarakat dunia, dengan kontribusi terhadap

kematian global mencapai kisaran 74–75 %. Berdasarkan data WHO (2020), sebagian besar kematian premature sekitar 82% - 86% terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah, di Indonesia angka hipertensi pada usia dewasa ( $\geq 18$

tahun) mencapai 34,1%, meningkat tajam dibandingkan 25,8% pada data Riskesda tahun 2013. Kondisi hipertensi, yang kerap dijuluki sebagai "silent killer", apabila tidak ditangani secara serius akan meningkatkan kerentanan terhadap berbagai penyakit degeneratif seperti stroke, gagal ginjal, maupun gangguan kardiovaskular.

Secara global, hipertensi diperkirakan menimbulkan sekitar 10,5–10,8 juta kasus kematian yang sebetulnya dapat dicegah setiap tahunnya (Kuneinen et al., 2024; WHO, 2023). Sejumlah faktor risiko utama, antara lain konsumsi garam berlebih, gaya hidup sedentari, obesitas, serta tekanan psikologis, pada dasarnya masih dapat diminimalkan melalui upaya promotif dan preventif berbasis masyarakat, misalnya melalui penyuluhan CERDIK atau program Posbindu PTM (Kiswah Anggita Febriani et al., 2025). Peran kegiatan pengabdian masyarakat menjadi sangat strategis dalam mengatasi beban PTM, terutama pada daerah yang aksesnya terhadap layanan kesehatan formal masih terbatas. Implementasi program seperti CERDIK di sekolah menengah Karawang, misalnya, terbukti efektif dalam memperluas pengetahuan remaja terkait perilaku hidup sehat (Uun Nurjanah, 2025). Kegiatan pengabdian berbasis kesehatan bukan hanya meningkatkan pemahaman masyarakat, tetapi juga berfungsi sebagai sarana pemberdayaan untuk mengelola kesehatan secara mandiri melalui pendekatan yang selaras dengan kearifan lokal, sebagaimana ditunjukkan dalam Gerakan Perempuan "Cerdik" di Pekanbaru yang berhasil memperkuat daya tanggap komunitas terhadap pencegahan (Leonita et al., 2023).

Berdasarkan pengalaman pengabdian masyarakat, pelaksanaan program edukasi kesehatan serta upaya deteksi dini melalui kegiatan seperti posbindu-NCD maupun intervensi pendidikan keluarga terbukti mampu meningkatkan pemahaman serta perilaku hidup sehat masyarakat, meskipun tingkat peningkatan tersebut bervariasi sekitar dua pertiga (Muhammad Basri et al., 2025). Dalam ranah pencegahan penyakit tidak menular (PTM), pendekatan berbasis kearifan lokal, misalnya melalui pengelolaan kebun tanaman obat keluarga, memberikan peluang bagi masyarakat untuk memperoleh alternatif solusi kesehatan yang relatif murah sekaligus dapat diolah secara mandiri (Santoso et al., 2021). Model intervensi semacam ini juga memperkuat keterlibatan komunitas dan meningkatkan keberhasilan program, sebagaimana terlihat pada implementasi deteksi dini dan penyuluhan penyakit kardiovaskular yang berhasil mengubah tingkat pengetahuan masyarakat dari kategori "kurang" menjadi "baik" pada 68,9% hingga 100% peserta (Catharina Sagita Moniaga et al., 2023).

Bukti ilmiah juga menunjukkan bahwa pemanfaatan bahan alami tradisional berperan signifikan dalam pengendalian PTM. Sebagai contoh, ekstrak daun salam (*Syzygium polyanthum*) terbukti memiliki aktivitas antihipertensi dengan menurunkan tekanan darah sistolik maupun diastolik pada model tikus, dengan hasil yang signifikan pada dosis tertentu (Sukrasno et al., 2013). Demikian pula, senyawa aktif pada seledri (*Apium graveolens*) telah terbukti secara konsisten memberikan efek vasorelaksasi dan penurunan tekanan darah sistolik maupun diastolik hingga belasan mmHg, sebagaimana dilaporkan dalam berbagai uji klinis dan studi eksperimental (Liu et al., 2025).

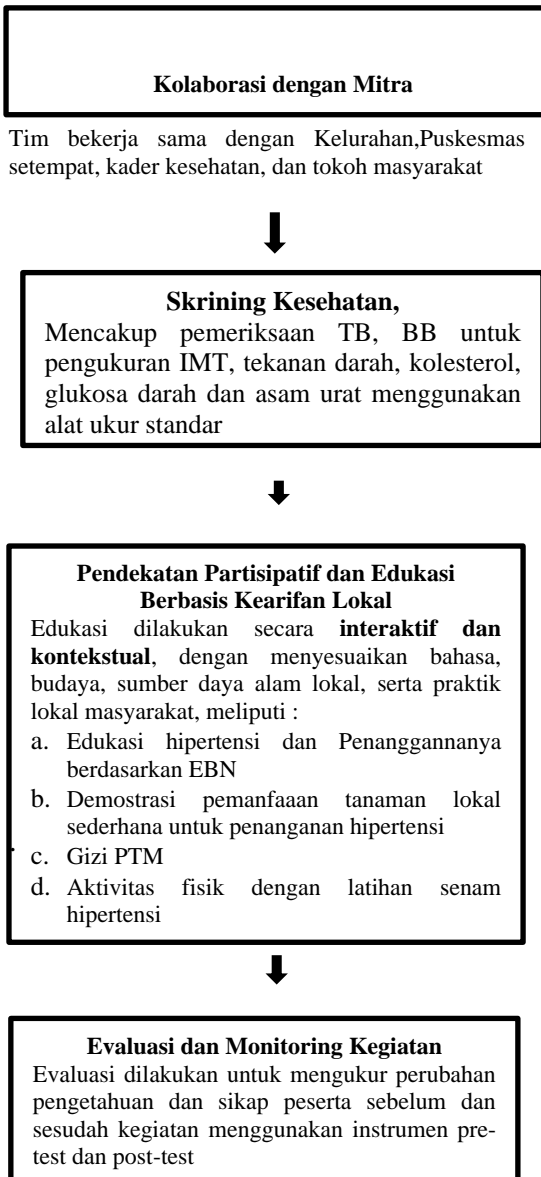
Pendekatan non-farmakologis seperti senam hipertensi pun menunjukkan efektivitas nyata. Penelitian kohor pada komunitas lansia, misalnya, melaporkan adanya penurunan signifikan tekanan darah setelah partisipasi rutin dalam kegiatan senam hipertensi (Setyawati et al., 2025). Intervensi berupa edukasi kesehatan dan skrining dini tetap menjadi strategi fundamental dalam mencegah komplikasi PTM, oleh karena itu, program pengabdian masyarakat yang mengintegrasikan edukasi, deteksi dini, serta pemanfaatan kearifan lokal yang bertujuan untuk memberdayakan masyarakat agar mampu melakukan deteksi dini, pencegahan, dan pengendalian Penyakit Tidak Menular melalui edukasi yang memanfaatkan kearifan lokal sebagai pendekatan pembelajaran yang kontekstual dan mudah diterima. Kegiatan tersebut mencakup beragam aktivitas mulai dari skrining kesehatan, penyuluhan hipertensi dan penanganannya, penggunaan tanaman lokal sebagai terapi herbal, pelaksanaan senam hipertensi, edukasi gizi, hingga edukasi kegawatdaruratan kardiovaskular. Melalui integrasi berbagai pendekatan ini, pengabdian masyarakat tidak hanya diarahkan pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga menekankan pada pemberdayaan masyarakat agar lebih proaktif dalam mengelola dalam mengelola kesehatan, misalnya melalui kemampuan melakukan skrining mandiri, menerapkan pola hidup sehat, memanfaatkan tanaman lokal, dan mengenali kondisi darurat kardiovaskular.

## **B. PELAKSAAAN DAN METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Juni - Juli 2025, berlokasi di dua kelurahan, yakni Padang Sarai dan Batipuh Panjang, Kecamatan Koto Tangah, Kota Padang. Pelaksana kegiatan merupakan tim gabungan yang terdiri atas dosen dari Jurusan Keperawatan serta Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Padang, dengan dukungan mahasiswa dari kedua jurusan tersebut. Selain itu, kegiatan juga dilaksanakan melalui kolaborasi bersama pihak puskesmas Anak Air. Peserta yang mengikuti kegiatan berjumlah 70 orang, mencakup masyarakat dewasa serta kader kesehatan setempat.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif berbasis komunitas (community-based participatory approach) dengan prinsip edukasi yang berbasis kearifan lokal. Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan keterlibatan aktif dan pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan dan pengendalian Penyakit Tidak Menular (PTM).

**Diagram 1.** Alur rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat



### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dilakukan secara langsung kepada masyarakat dan kader di dua wilayah kelurahan yaitu Batipuh Panjang dan Padang Sarai sebagai lokasi mitra pengabdian yang berada dibawah wilayah kerja puskesmas Anak Air kota Padang. Dalam melaksanakan kegiatan pengabdian tim Pengabdian juga melibatkan dan berkerjasama dengan pihak puskesmas Anak Air

kota Padang. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menghasilkan temuan penting dari berbagai aktivitas yang dilakukan, yang disusun secara sistematis berdasarkan jenis kegiatan.

#### 1. Skrining Kesehatan

Skrining kesehatan dilakukan untuk mengidentifikasi faktor risiko PTM pada peserta. Peserta yang mengikuti skrining kesehatan adalah sebanyak 70 orang. Pengukuran meliputi tekanan darah, indeks massa tubuh (IMT), kadar asam urat, dan glukosa darah dan kolesterol. Hasilnya yang diperoleh adalah sebagai berikut

**Tabel 1.** Hasil Skrining Kesehatan Masyarakat

Parameter	Kategori	N	%
Tekanan darah	Normal	45	64,3 %
	Tidak Normal	25	35,7 %
Gula darah sewaktu	Normal	55	78,6 %
	Tidak Normal	15	21,4 %
IMT	Normal	29	41,4 %
	Tidak Normal	41	58,6 %
Asam Urat	Normal	55	78,6 %
	Tidak Normal	15	21,4 %
Kolesterol	Normal	27	38,6 %
	Tidak Normal	43	61,4 %



**Gambar 1.** Melakukan Skrening Kesehatan

2. Edukasi tentang Hipertensi & penanggannya dengan Pendekatan kearifan lokal, Gizi, demonstrasi pemanfaatan tanaman lokal, senam hipertensi, Kegawat daruratan Kardiovaskuler

Kegiatan edukasi ini dilaksanakan sebagai upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam pencegahan serta penanganan hipertensi secara mandiri berbasis kearifan lokal. Edukasi diberikan melalui beberapa metode interaktif, antara lain penyuluhan tentang faktor risiko, tanda dan gejala hipertensi, serta pentingnya pengendalian tekanan darah melalui pola hidup sehat dan pengaturan gizi seimbang. Selain itu, dilakukan demonstrasi pemanfaatan tanaman lokal seperti daun seledri, mentimun, dan daun salam sebagai bahan alami yang dapat membantu menurunkan tekanan darah.

Untuk mengetahui efektivitas kegiatan edukasi tentang hipertensi dan penanganannya dengan pendekatan kearifan lokal, dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan. Hasil pretest dan posttest peserta disajikan pada tabel berikut:

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Pengetahuan Masyarakat sebelum dan sesudah diberikan edukasi

	Kategori	Frekuensi	%	% kenaikan pengetahuan
Pretest	Tinggi	42	60	28,6 %
	Rendah	28	40	
Posttest	Tinggi	62	88,6	
	Rendah	8	11,4	

Evaluasi juga dilakukan untuk menilai pelaksanaan kegiatan lain seperti edukasi gizi, demonstrasi tanaman lokal, senam hipertensi, dan pelatihan kegawatdaruratan kardiovaskuler. Hasilnya disajikan pada tabel berikut:

**Tabel 3.** Evaluasi hasil Pelaksanaan kegiatan

Kegiatan	Hasil Evaluasi
Pemanfaatan tanaman tradisional (mentimun, daun salam, daun seledri) dan demonstrasi pembuatannya	90% peserta memiliki pemahaman yang baik tentang pengolahan ramuan, dan 80% menyatakan niat untuk menerapkannya di rumah
Senam Hipertensi	84,3% peserta dapat melakukan gerakan senam dengan benar, dan 90% melaporkan merasa lebih bugar setelah sesi latihan
Gizi	Penyuluhan gizi berfokus pada pola makan rendah garam dan tinggi serat. Setelah edukasi sebanyak 92,86% peserta memahami pentingnya pola makan sehat, dan 77 % berkomitmen untuk mengurangi konsumsi garam dirumah

Kegawat darurat kardiovaskuler dan Penanganannya	Sebanyak 85,7% dapat menyebutkan setidaknya tiga tanda serangan jantung (nyeri dada, sesak napas, keringat dingin) setelah edukasi.
--	---



**Gambar 2.** Pelaksanaan kegiatan Edukasi PTM



**Gambar 3.** Pelaksanaan kegiatan Latihan Senam Hipertensi



**Gambar 4.** Pelaksanaan Kegiatan Edukasi Kegawatdaruratan kardiovaskuler

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan penanganannya setelah diberikan edukasi berbasis kearifan lokal. Berdasarkan hasil pretest, sebagian besar peserta (60%) memiliki tingkat pengetahuan tinggi, sedangkan 40% lainnya masih berada pada kategori rendah. Setelah dilakukan edukasi, terjadi peningkatan signifikan pada kategori pengetahuan tinggi menjadi 88,6%, dengan penurunan kategori rendah menjadi hanya 11,4%. Dengan demikian, terdapat peningkatan pengetahuan sebesar 28,6% setelah intervensi edukasi diberikan.

Peningkatan ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi dengan pendekatan kearifan lokal efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai faktor risiko, tanda dan gejala, serta cara pencegahan dan pengendalian hipertensi. Pendekatan kearifan lokal memungkinkan pesan-pesan kesehatan disampaikan dengan bahasa dan contoh yang dekat dengan kehidupan sehari-hari masyarakat, sehingga lebih mudah dipahami dan diterapkan. Misalnya, pemanfaatan tanaman herbal lokal seperti daun seledri atau mentimun sebagai alternatif pendukung pengendalian tekanan darah menjadi contoh nyata yang dapat diterapkan masyarakat dalam kehidupan sehari-hari.

Pemanfaatan kearifan lokal dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini terbukti memberikan kontribusi nyata terhadap pengendalian penyakit tidak menular (PTM), terutama hipertensi, melalui penggunaan tanaman tradisional seperti mentimun, daun seledri, dan daun salam. Hasil penelitian Nisa et al. (2017) memperlihatkan bahwa ekstrak daun salam (*Syzygium polyanthum*) mengandung senyawa flavonoid yang berperan sebagai agen antihipertensi dengan mekanisme kerja berupa vasodilatasi serta penghambatan enzim pengubah angiotensin (ACE). Uji praklinis pada hipertensi dalam penelitian tersebut menunjukkan penurunan tekanan darah hingga 15 mmHg setelah intervensi ekstrak diberikan selama 14 hari.

Hasil Penelitian (Suryarinilsih et al., 2021) mengonfirmasi efektivitas rebusan daun seledri (*Apium graveolens*), yang setelah dikonsumsi secara rutin selama 10 hari oleh 20 pasien hipertensi derajat I, mampu menurunkan tekanan darah sistolik maupun diastolik secara signifikan ( $p=0,008$ ). Rebusan daun seledri ini dianggap sebagai intervensi kunci, mengingat cara pengolahannya yang sederhana serta keterterimaannya secara budaya di Indonesia, bahkan 90% peserta kegiatan melaporkan pemahaman yang baik mengenai teknik pembuatannya. Selain itu, mentimun (*Cucumis sativus*) yang kaya kandungan kalium dan air turut berkontribusi dalam regulasi tekanan darah melalui mekanisme diuretik sekaligus menjaga keseimbangan elektrolit. Studi quasi-eksperimental di Puskesmas Cimahi melaporkan bahwa konsumsi jus mentimun menghasilkan penurunan signifikan pada tekanan darah, khususnya tekanan darah diastolik yang turun sekitar 5–6 mmHg dibandingkan kelompok kontrol (Kumala et al., 2023). Intervensi berbasis tanaman lokal ini menjadi semakin relevan bagi masyarakat Indonesia, karena ketersediaan mentimun yang melimpah serta penerimaannya yang baik dalam budaya sehari-hari, sebagaimana ditegaskan dalam ulasan mengenai potensi terapi herbal tradisional untuk penanganan hipertensi (Rini, I. W., 2025).

Edukasi berbasis bahan lokal dapat meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pengelolaan hipertensi secara mandiri. Selain itu, temuan ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan yang disesuaikan dengan konteks budaya lokal mampu meningkatkan efektivitas pesan dan mengubah perilaku kesehatan masyarakat secara lebih bermakna (Muhammad Basri, et al., 2025; Santoso et al., 2021). Dengan meningkatnya pengetahuan masyarakat, diharapkan akan terjadi perubahan sikap dan perilaku dalam upaya pencegahan serta pengendalian hipertensi, seperti rutin melakukan pemeriksaan tekanan darah, mengatur pola makan rendah garam, meningkatkan aktivitas fisik, serta menghindari stres dan kebiasaan merokok. Edukasi yang dikombinasikan dengan nilai-nilai kearifan lokal tidak hanya memperkuat pemahaman, tetapi juga menumbuhkan rasa memiliki terhadap upaya kesehatan yang berbasis komunitas.

Intervensi non-farmakologis berupa senam hipertensi terbukti memberikan kontribusi positif dalam kegiatan pengabdian ini. Bukti empiris dari studi praktik pengabdian masyarakat di Bengkulu menunjukkan bahwa senam lansia secara signifikan menurunkan tekanan darah, dengan rata-rata penurunan sistolik sebesar 21 mmHg (171,5 → 150,5 mmHg) dan diastolik 13 mmHg (103 → 90 mmHg), serta tingkat signifikansi  $p < 0,001$  (Andry Sartika et al., 2020). Hasil serupa diperoleh dari penelitian di Banyumas, yang melaporkan bahwa senam hipertensi secara bermakna menurunkan tekanan darah sistolik ( $p = 0,002$ ) pada kelompok lansia perempuan di komunitas Desa Petir (Basuki & Barnawi, 2021). Mekanisme yang mendasari efektivitas intervensi ini berkaitan dengan peningkatan sensitivitas barorefleks dan berkurangnya resistensi vaskular perifer, sesuai dengan temuan meta-analisis yang menegaskan manfaat latihan fisik intensitas ringan hingga sedang dalam menurunkan tekanan darah. Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, sebanyak 84 % peserta mampu melakukan gerakan senam hipertensi dengan benar, sedangkan 90 % lainnya melaporkan adanya peningkatan kebugaran fisik, yang menunjukkan efektivitas program sekaligus tingginya keterlibatan komunitas.

Edukasi gizi memainkan peran penting dalam mendukung pengendalian PTM. Penelitian quasi-eksperimental di Klaten menunjukkan bahwa edukasi gizi berbasis komunitas melalui demonstrasi pola makan rendah garam secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan diet pasien hipertensi (Skor pengetahuan dari 3,46 meningkat menjadi 85,02) (Kristinawati et al., 2020). Konsumsi buah dan sayur kaya kalium, seperti mentimun, juga mendukung pengendalian tekanan darah, terbukti dalam studi komunitas yang melaporkan penurunan tekanan darah hingga 20

mmHg setelah satu minggu konsumsi jus mentimun sekaligus meningkatkan pengetahuan masyarakat sebesar 49,5 % (Yuliza & Solehudin, 2024).

Pelatihan mengenai penanganan kegawatdaruratan kardiovaskular berperan penting dalam meningkatkan kesiapan masyarakat untuk mengenali serta merespons kondisi darurat seperti serangan jantung. Sebagai contoh, studi “The Evaluation of Public Awareness Regarding Early Signs of Stroke and Heart Attack Emergencies” di Indonesia mencatat bahwa banyak anggota masyarakat belum sepenuhnya mengenali gejala seperti nyeri dada, sesak napas, dan keringat dingin sebagai tanda awal serangan jantung, dan pendidikan kesehatan masyarakat dianggap sangat penting untuk memperbaiki pemahaman ini. Model intervensi yang diterapkan mengintegrasikan skrining kesehatan, edukasi, pemanfaatan kearifan lokal, serta latihan fisik, selaras dengan rekomendasi WHO yang menekankan perlunya integrasi pencegahan dan penatalaksanaan penyakit tidak menular ke dalam layanan primer berdasarkan pemberdayaan komunitas. Bukti dari berbagai intervensi komunitas menunjukkan bahwa edukasi kesehatan, skrining, pemantauan berbasis rumah, serta pelibatan kader kesehatan/CHW secara konsisten menurunkan tekanan darah rata-rata dan meningkatkan keterhubungan pasien dengan layanan kesehatan di negara berpendapatan rendah dan menengah. Program nasional berbasis layanan primer seperti NEPHSP (Tiongkok) juga memperlihatkan perbaikan kendali tekanan darah meskipun cakupan implementasinya masih terbatas. Studi lapangan di LMIC memperkuat temuan, dimana edukasi komunitas dan responder non-profesional terbukti efektif meningkatkan kesiapsiagaan darurat kardiovaskular.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang terintegrasi dengan skrining kesehatan dan demonstrasi berbasis kearifan lokal efektif meningkatkan pengetahuan serta kesadaran masyarakat terhadap pengendalian hipertensi. Peserta menunjukkan antusiasme tinggi selama kegiatan edukasi dan senam hipertensi, serta mampu mengidentifikasi tanda-tanda awal peningkatan tekanan darah. Hal ini sejalan dengan temuan beberapa penelitian yang menyebutkan bahwa intervensi berbasis edukasi partisipatif dapat meningkatkan perilaku pencegahan dan pengendalian PTM di tingkat komunitas (Muhammad Basri, et al., 2025; Santoso et al., 2021).

Hasil kegiatan ini juga sejalan dengan berbagai program nasional dan lokal yang berfokus pada pengendalian PTM melalui pemberdayaan masyarakat, salah satunya adalah program CERDIK yang dicanangkan oleh Kementerian

Kesehatan RI, dapat meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap faktor risiko PTM melalui edukasi berkelanjutan dan pemeriksaan kesehatan rutin (Kemenkes RI, 2023). Temuan serupa dilaporkan oleh Uun Nurjanah dan Syamsiah (2025) yang menunjukkan peningkatan perilaku hidup sehat hingga 78% setelah pelaksanaan edukasi berbasis komunitas. Pendekatan berbasis kearifan lokal, seperti penggunaan tanaman obat keluarga yang dilakukan oleh Catharina Sagita Moniaga et al., (2023), turut memberikan bukti bahwa integrasi budaya lokal dalam promosi kesehatan memperkuat penerimaan dan keberlanjutan program. Dengan demikian, kegiatan Pengabdian Masyarakat ini memiliki kesamaan prinsip dengan program-program tersebut yaitu edukatif, partisipatif, dan berbasis potensi lokal, namun menunjukkan keunikan tersendiri melalui integrasi skrining kesehatan, edukasi PTM khususnya hipertensi, gizi PTM, senam hipertensi, serta demonstrasi pemanfaatan tanaman tradisional, edukasi kagawat daruratan kardiovaskuler dalam satu rangkaian kegiatan. Pendekatan holistik ini memperkuat kapasitas masyarakat untuk mengenali risiko dan melakukan pengendalian hipertensi secara mandiri berbasis sumber daya lokal.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini menegaskan pentingnya pendekatan partisipatif dan kontekstual dalam edukasi kesehatan. Kearifan lokal berperan sebagai jembatan antara ilmu medis modern dan praktik tradisional yang telah lama dipercaya masyarakat, sehingga menciptakan sinergi dalam membangun perilaku hidup sehat yang berkelanjutan.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan perwujudan nyata dari salah satu pilar utama Tridharma Perguruan Tinggi, yaitu pengabdian kepada masyarakat berbasis ilmu pengetahuan dan praktik berbasis bukti. Melalui program ini, dosen dan mahasiswa tidak hanya berperan sebagai penyampai edukasi kesehatan, tetapi juga sebagai agen perubahan sosial yang berkontribusi dalam peningkatan literasi kesehatan serta pemberdayaan masyarakat melalui pendekatan budaya dan kearifan lokal.

Integrasi kearifan lokal dalam edukasi hipertensi mencerminkan sinergi antara pendidikan, penelitian, dan pengabdian. Materi dan intervensi yang diberikan disusun berdasarkan hasil penelitian dan praktik keperawatan berbasis bukti, sehingga kegiatan ini menjadi sarana penerapan hasil riset dalam konteks kehidupan masyarakat. Pendekatan ini memastikan bahwa pengabdian masyarakat tidak hanya bersifat seremonial, tetapi juga memberikan dampak nyata dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku kesehatan masyarakat.

Selain memberikan manfaat bagi masyarakat, kegiatan ini juga menjadi media pembelajaran langsung bagi mahasiswa, khususnya dalam mengasah kemampuan komunikasi, empati, dan penerapan teori keperawatan di lapangan dengan mempertimbangkan konteks sosial budaya setempat. Dengan demikian, kegiatan ini memperkuat fungsi pendidikan tinggi dalam mencetak tenaga kesehatan yang kompeten, humanis, dan berorientasi pada kebutuhan masyarakat.

Keberlanjutan program pengabdian merupakan aspek penting agar perubahan perilaku dan peningkatan kapasitas masyarakat dapat terjaga. Oleh karena itu, dibutuhkan kolaborasi berkelanjutan antara perguruan tinggi, pemerintah daerah, tenaga kesehatan, dan masyarakat dalam merancang serta melaksanakan kegiatan sejenis secara periodik. Dengan demikian, kegiatan pengabdian kepada masyarakat tidak hanya menjadi kewajiban akademik semata, tetapi juga menjadi instrumen strategis untuk mewujudkan transformasi sosial dan peningkatan derajat kesehatan masyarakat secara berkelanjutan

#### D. PENUTUP

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan keberhasilan dalam meningkatkan pengetahuan warga terkait pencegahan dan penatalaksanaan penyakit tidak menular (PTM), khususnya hipertensi, melalui penerapan pendekatan edukatif berbasis kearifan lokal. Hasil skrining kesehatan menunjukkan bahwa 25% peserta mengalami hipertensi, 41% memiliki indeks massa tubuh (IMT) tidak normal, 15% kadar asam urat tinggi, 15% kadar glukosa darah tinggi, dan 43% memiliki kadar kolesterol yang melebihi batas normal. Setelah rangkaian kegiatan edukasi dan pelatihan dilaksanakan, terjadi peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan masyarakat, yaitu dari 60 % menjadi 88,6%. Sebagian besar peserta juga menunjukkan peningkatan keterampilan, di mana 90% memahami pemanfaatan herbal lokal, 84,3% mampu melakukan senam hipertensi dengan benar, 92,86% menguasai pola makan sehat, dan 85,7% dapat mengenali tanda-tanda serangan jantung. Temuan ini menunjukkan bahwa integrasi edukasi kesehatan dengan kearifan lokal efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat terhadap pengendalian faktor risiko PTM.

#### Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih dengan penuh apresiasi ditujukan kepada Puskesmas Anak Air selaku mitra kerja atas dukungan yang diberikan, baik berupa fasilitas, tenaga kesehatan, maupun koordinasi yang sangat optimal dalam mendukung terlaksananya

kegiatan pengabdian masyarakat ini. Rasa hormat yang sama juga kami sampaikan kepada Pemerintah Kelurahan Batipuh Panjang serta Padang Sarai yang telah memberikan izin, menyediakan tempat, dan memfasilitasi mobilisasi masyarakat sehingga kegiatan dapat berlangsung dengan baik serta menjangkau sasaran yang tepat. Kami turut menyampaikan penghargaan kepada para kader kesehatan, tokoh masyarakat, serta seluruh pihak yang telah berperan dalam penyediaan sarana, promosi kegiatan, hingga pendampingan teknis selama kegiatan berlangsung. Tidak lupa, apresiasi kami tujukan kepada mahasiswa yang terlibat dan memberikan kontribusi penting dalam kelancaran pelaksanaan pengabdian ini. Seluruh bentuk dukungan dan kolaborasi tersebut menjadi fondasi utama keberhasilan kegiatan dalam meningkatkan pengetahuan serta kesadaran masyarakat mengenai pencegahan penyakit tidak menular berbasis kearifan lokal. Harapannya, sinergi ini dapat terus dipertahankan dan diperkuat di masa yang akan datang demi tercapainya derajat kesehatan masyarakat yang lebih baik

#### E. DAFTAR PUSTAKA

- Andry Sartika, Betrianita, Juli Andri, Padila, A. V. N. (2020). Senam lansia menurunkan tekanan darah pada lansia. *Journal of Telenursing*, 2(1), 11–20. <https://doi.org/10.1016/C2009-0-39360-5>
- Basuki, S. P. H., & Barnawi, S. R. (2021). Pengaruh Senam Hipertensi terhadap Tekanan Darah pada The Effect of Exercise on Blood Pressure in the Elderly Community in Petir Village, Kalibagor District, Banyumas. *Sainteks*, 18(1), 87–93.
- Catharina Sagita Moniaga, Jasmine Syabania Noviantri, Giovanni Sebastian Yogie, Yohanes Firmansyah, & Hendsun Hendsun. (2023). Kegiatan Pengabdian Masyarakat dalam Edukasi Penyakit Dislipidemia serta Komplikasinya terhadap Penyakit Kardiovaskular. *Jurnal Kabar Masyarakat*, 1(2), 20–30. <https://doi.org/10.54066/jkb-itb.v1i2.310>
- Kiswah Anggita Febriani, Ananda Thereza Nugroho Eka Cahya, Nasywa Huwaidah Nujud, Wahyu Dian Wismiarti, Maya Cobalt, I'ien Noeraini, R. (2025). Optimalisasi pencegahan hipertensi masyarakat melalui program CERDIK. *Jurnal peduli masyarakat*, 7(2), 153–160.
- Kristinawati, B., Khasanah, R. N., & Rahmawati, S. (2020). Health Education To Improve the Compliance of Low Salt Diets in Patients With Hypertension. *Epidemiology and Society Health Review (ESHR)*, 2(2), 61. <https://doi.org/10.26555/eshr.v2i2.2205>

- Kumala, T. F., Yulita, R. F., Susilawati, S., Wati, I. M., Badrujamaludin, A., & Sudrajat, D. A. (2023). The Effect of Giving Cucumber (Cucumis sativus) Juice on Blood Pressure in Stage 1 Hypertension Patients in Cimahi Public Health Center. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 9(1). <https://doi.org/10.33755/jkk.v9i1.467>
- Kuneinen, S. M., Kautiainen, H., Ekblad, M. O., & Korhonen, P. E. (2024). Multifactorial prevention program for cardiovascular disease in primary care: hypertension status and effect on mortality. *Journal of Human Hypertension*, 38(4), 322–328. <https://doi.org/10.1038/s41371-024-00900-x>
- Leonita, E., Nurlisis, & Nopriadi. (2023). Peningkatan Kapasitas Masyarakat Pada Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM) Melalui Gerakan Perempuan “Cerdik” Di Kota Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health Service)*, 3(3), 20–30. <https://jurnal.htp.ac.id/index.php/jpkk/article/view/1764>
- Liu, D., Zhao, H., Xu, H., & Hu, J. (2025). Effects of celery (Apium graveolens) on blood pressure, glycemic and lipid profile in adults: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Frontiers in Nutrition*, 12, 01–18. <https://doi.org/10.3389/fnut.2025.1597680>
- Muhammad Basri, Megawati Sibulo, Kistan, Irawati, N. (2025). Edukasi keluarga mahasiswa tentang pencegahan dan deteksi dini penyakit kronis. *Jurnal pengabdian kepada masyarakat wahana usada*, 7(1), 53–65.
- Nisa, U., Fitriani, U., & Wijayanti, E. (2017). Aktivitas ramuan daun salam, herba pegagan, akar alang-alang dan biji pala pada tikus hipertensi: The Activities Of Indonesian Bay-Leaves, Centella Herbs, Blady-Grass Roots And Nutmeg Seeds As Herbal Formulation Hypertensive Rats Induced By Prednisone and. *Jurnal Kefarmasian Indonesia*, 7(2), 87–94.
- Rini, I. W., et al. (2025). Edukasi terapi herbal untuk hipertensi di desa kertak hanyar RT.16, Kabupaten banjar, kalimantan selatan. *Jurnal kesehatan tambusai*, 6(2), 9430–9438.
- Santoso, S. B., Lutfiyati, H., & Kusuma, T. M. (2021). Pemberdayaan Potensi Masyarakat Melalui Pengelolaan Kebun Tanaman Obat Keluarga. *Community Empowerment*, 6(3), 391–397. <https://doi.org/10.31603/ce.4044>
- Setyawati, R. C., Safrudin, M. B., Amalia, N., Widyastuti, D., Purdani, K. S., Mika, R., Arra, A., Aisyah, S. N., & Nurjanah, N. (2025). Efektifitas senam hipertensi dalam menjaga tekanan darah pada komunitas lansia: the Effectiveness of Hypertension Exercise in Maintaining Blood Pressure Among the Eldery Community. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 16(1), 1–10.
- Sukrasno, S., Anggadiredja, K., Dudi, D., & Suciatio, A. B. (2013). Antihypertensive effect of bay leaf extract (Syzygium polyanthum (Wight) Walp., Myrtaceae). *Acta Pharmaceutica Indonesia*, 38(4), 111–119. <https://journals.itb.ac.id/index.php/acta/article/view/5228>
- Suryarinilsih, Y., Fadriyanti, Y., & Hidayatullah. (2021). Rebusan seledri terhadap penurunan tekanan darah pasien hipertensi: Celery Decoction Against Decrease Blood Pressure of Hypertension Patients. *Menara Ilmu*, 15(2), 134–140. <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/view/2423>
- Uun Nurjanah, N. S. (2025). Edukasi perilaku “Cerdik” untuk pencegahan penyakit tidak menular pada remaja SMK/SMA Sederajat di wilayah kabupaten karawang. *Jurnal adiguna pengabdian masyarakat*, 2(1), 48–57.
- WHO. (2020). *Package of essential noncommunicable (PEN) disease interventions for primary health care in low-resource settings*. World Health Organization. [https://www.who.int/publications-detail-redirect/who-package-of-essential-noncommunicable-\(pen\)-disease-interventions-for-primary-health-care2020](https://www.who.int/publications-detail-redirect/who-package-of-essential-noncommunicable-(pen)-disease-interventions-for-primary-health-care2020)
- Yuliza, E., & Solehudin, S. (2024). Infused Water Mentimun Untuk Menurunkan Hipertensi. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 166–177. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v2i2.307>