

## Pendidikan dan Pelatihan Pemanfaatan Pakcoy Seledri pada Lansia Hipertensi di Kelurahan Cibeutu Kota Tasikmalaya, Jawa Barat

Meita Tyas Nugrahaeni<sup>1</sup>, Andik Setiyono<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Siliwangi, Indonesia

\*e-mail: [meitatyas@unsil.ac.id](mailto:meitatyas@unsil.ac.id)<sup>1</sup>, [andiksetiyono@unsil.ac.id](mailto:andiksetiyono@unsil.ac.id)<sup>2</sup>

### Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu Penyakit Tidak Menular yang menjadi penyebab kematian dini hingga saat ini. Sekitar 46% orang dewasa penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka menderita penyakit tersebut. Jawa Barat menjadi tiga provinsi tertinggi di Indonesia dengan Kota Tasikmalaya sebagai salah satu kota yang masuk dalam 10 besar kota dengan kasus hipertensi tertinggi di Jawa Barat. Kasus hipertensi di Kota Tasikmalaya mengalami peningkatan pada tahun 2022 yaitu sebanyak 50.521 kasus. Puskesmas Karanganyar masuk ke dalam 5 besar kasus hipertensi tertinggi, dengan Kelurahan Cibeutu memiliki prevalensi hipertensi tertinggi sebanyak 600 kasus. Berdasarkan data tersebut, pengabdian melakukan kegiatan PASTI (Pendidikan dan Pelatihan Cegah Hipertensi dengan Pakcoy Seledri) yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan mengatasi hipertensi terhadap lansia di Kelurahan Cibeutu, Kota Tasikmalaya. Kegiatan ini berisi pemberian materi, pelatihan pembuatan minuman pakcoy seledri, serta pre-test dan post-test untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti pelatihan. Berdasarkan hasil analisis statistik didapatkan hasil 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 mengindikasikan adanya perbedaan signifikan antara skor pre-test dan post-test peserta. Evaluasi menunjukkan 63,3% peserta setuju bahwa kegiatan PASTI memberikan manfaat besar dan pelatihan pembuatan minuman pakcoy seledri mudah diikuti. Dampak kegiatan ini adalah peningkatan pengetahuan dalam pencegahan hipertensi di Kelurahan Cibeutu.

**Kata kunci:** Hipertensi, Lansia, Pakcoy, Pelatihan, Pendidikan, Seledri

### Abstract

Hypertension is one of the non-communicable diseases that causes premature death to this day. Around 46% of adults with hypertension are unaware that they have the disease. West Java is the third highest province in Indonesia with Tasikmalaya City as one of the cities included in the 10 major cities with the highest cases of hypertension in West Java. Hypertension cases in Tasikmalaya City increased in 2022, namely 50,521 cases. Karanganyar Health Center is included in the top 5 highest cases of hypertension, with Cibeutu Village having the highest prevalence of hypertension of 600 cases. Based on these data, the community service carried out the PASTI (Education and Training to Prevent Hypertension with Celery Pakcoy) activity which aims to increase knowledge of overcoming hypertension for the elderly in Cibeutu Village, Tasikmalaya City. This activity includes providing materials, training in making celery pakcoy drinks, as well as pre-tests and post-tests to measure changes in participants' knowledge levels after participating in the training. Based on the results of statistical analysis, the result of 0.000 was obtained, which means less than 0.05, indicating a significant difference between the pre-test and post-test scores of the participants. The evaluation showed that 63.3% of participants agreed that the PASTI activity provided great benefits and the training on making celery pakchoy drinks was easy to follow. The impact of this activity is an increase in knowledge in preventing hypertension in Cibeutu Village.

**Keywords:** Hypertension, Elderly, Pakcoy, Training, Educating, Celery

## 1. PENDAHULUAN

Prevalensi penyakit tidak menular (PTM) terus meningkat baik di negara- negara berpendapatan tinggi maupun menengah ke bawah. Hipertensi merupakan salah satu PTM yang dominan dan sangat umum terjadi di negara- negara berpendapatan rendah menengah, termasuk Indonesia [1]. Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang menjadi penyebab utama kematian dini hingga saat ini. Berdasarkan data WHO menyebutkan bahwa sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30 hingga 79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi dan sekitar 46% orang dewasa penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka menderita

penyakit tersebut [2]. Jumlah orang dewasa dengan usia sekitar 60 hingga 79 tahun diperkirakan meningkat dari 760 juta pada tahun 2015 menjadi 1.646 juta pada tahun 2050 atau dari 10,4% hingga 17,0% dari populasi dunia [3].

Hipertensi dapat didefinisikan sebagai kondisi dimana tekanan darah sistolik lebih dari atau sama dengan 130 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 80 mmHg. Angka prevalensi hipertensi meningkat berdasarkan usia sebesar 22,4% (usia 18 hingga 39 tahun), 54,5% (usia 40 hingga 59 tahun), dan 74,5% ( $\geq$  usia 60 tahun) [4]. Jumlah orang dewasa dengan usia  $\geq$  80 tahun dengan hipertensi dapat meningkat dari 101 juta pada tahun 2015 menjadi 344 juta pada tahun 2050. Sehingga, pada tahun 2050 dapat diperkirakan jumlah orang dewasa yang lebih tua dengan hipertensi akan melebihi jumlah total orang dewasa berusia 30 hingga 79 tahun dengan hipertensi jika dibandingkan pada tahun 2010 [3].

Hipertensi secara umum merupakan penyebab dari penyakit kardiovaskular, yang menyerang sekitar 1,28 miliar orang [5]. Hipertensi menyerang sekitar 60% kelompok berusia di atas 65 tahun di wilayah negara- negara industri. Kejadian hipertensi berhubungan dengan jenis kelamin, dan lebih umum terjadi pada pria. Namun, tekanan darah sistolik meningkat drastis setelah menopause, sehingga hipertensi lebih sering terjadi pada wanita ( $\geq$  65 tahun). Penuaan normal ditandai dengan peningkatan tekanan darah secara bertahap [6]. Hipertensi juga erat kaitannya dengan jam kerja berlebihan yang berakibat pada kelelahan akibat kurangnya waktu tidur [7]. Karena alasan tersebut, hipertensi sering kali disebut sebagai *silent killer* nomor satu di dunia.

Kesenjangan sosial ekonomi yang signifikan dalam hal kesadaran, pengobatan, dan pengendalian hipertensi menjadi penyebab tingginya prevalensi hipertensi di negara- negara berpendapatan rendah dan menengah semakin rumit [1] [8]. Penyebab hipertensi dipicu oleh beberapa faktor yaitu faktor genetik atau keturunan, perubahan fungsi ginjal karena penuaan, pola hidup tidak sehat seperti kebiasaan merokok, kelebihan konsumsi natrium, kurangnya konsumsi buah, dan kurangnya aktivitas fisik atau olahraga yang pada akhirnya dapat menyebabkan kelebihan berat badan (obesitas) sehingga bisa meningkatkan faktor risiko hipertensi, serta tingkat kesadaran akan bahayanya hipertensi yang kurang [9].

Survei Kehidupan Keluarga Indonesia tahun 2014 menunjukkan bahwa hanya 41,8% individu dengan hipertensi yang menyadari kondisinya, dan hanya 6,6% responden yang menerima pengobatan [1]. Prevalensi hipertensi di kalangan orang dewasa Indonesia telah meningkat dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018 yang berjumlah sekitar 63,3 juta orang, dengan sekitar 427.000 kematian. Berdasarkan survei terbaru yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan RI mengungkapkan bahwa prevalensi hipertensi menurun menjadi 29,2% pada tahun 2023. Namun, meskipun terjadi penurunan, dapat dikatakan bahwa prevalensinya masih tinggi [7].

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 sebesar 34,1%, [10], dan mengalami penurunan menjadi 30,8% di tahun 2023 [11]. Prevalensi hipertensi yang menurun berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada penduduk dengan usia  $\geq$  18 tahun. Tiga provinsi dengan prevalensi hipertensi tertinggi di Indonesia adalah Kalimantan Tengah sebesar 40,7%; Kalimantan Selatan sebesar 35,8%; dan Jawa Barat sebesar 34,4% [11].

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat Tahun 2023 mencatat cakupan pelayanan hipertensi tiga urutan tertinggi di Jawa Barat berada di Kota Tasikmalaya sebesar 134,11%; Kota Bogor sebesar 122,44%; dan Kabupaten Garut sebesar 112,49% [9]. Kota Tasikmalaya sebagai salah satu kota di Jawa Barat yang masuk ke dalam 10 besar kota dengan kasus hipertensi tertinggi di Jawa Barat. Pada tahun 2020, hipertensi di Kota Tasikmalaya menempati urutan pertama dengan jumlah kasus sebanyak 27.700 kasus. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya tahun 2022, kasus hipertensi di Kota Tasikmalaya mengalami peningkatan pada tahun 2022 menjadi sebanyak 50.521 kasus [12].

Berdasarkan hasil pre-survei pengabdian kepada sasaran sebanyak 30 orang didapatkan hasil bahwa penyebab hipertensi disebabkan oleh gaya hidup tidak sehat dimana masyarakat di daerah tersebut sering mengonsumsi makanan tinggi natrium seperti gorengan sebesar 90,5%; faktor lainnya yaitu bumbu penyedap sebesar 94,4%; serta kurang mengonsumsi sayuran kurang dari 3 kali dalam seminggu dengan persentase 81%. Dengan demikian, dapat

menjelaskan bahwa masih kurangnya kesadaran pada masyarakat dalam mencegah bahaya hipertensi. Oleh karena itu diperlukan upaya untuk mencegah hipertensi sehingga kejadian hipertensi di Kelurahan Cibeuti dapat terkontrol. Salah satu upaya yang dapat dilakukan dalam mengatasi permasalahan PTM yaitu melalui pendidikan dan pelatihan [13]. Berdasarkan urgensi di atas, menjadikan pengabdian melaksanakan kegiatan PASTI (Pendidikan dan Pelatihan Cegah Hipertensi dengan Pakcoy Seledri) dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan mengatasi hipertensi terhadap lansia di Kelurahan Cibeuti, Kota Tasikmalaya.

## 2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui pendidikan dan pelatihan bernama PASTI, yang merupakan singkatan dari "Pendidikan dan pelatihan Cegah Hipertensi dengan Pakcoy Seledri". Kegiatan ini dilaksanakan selama tiga bulan, mulai dari 30 Agustus hingga 20 November 2024 di Kelurahan Cibeuti, Kecamatan Karanganyar, Kota Tasikmalaya, Jawa Barat. Kegiatan PASTI ini terbentuk setelah pengabdian melakukan rangkaian kegiatan dari proses pencarian data penyakit di Puskesmas dan melakukan pengambilan data pre- survei pengetahuan pada masyarakat Kelurahan Cibeuti yang dilakukan dari tanggal 30 Agustus hingga 31 November 2024. Pre- survei dilakukan kepada sasaran sebanyak 30 orang selama dua minggu, didapatkan hasil bahwa hipertensi disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat yang dimana masyarakat di daerah tersebut sering mengonsumsi makanan tinggi natrium sebesar 90,5%. Proses pengembangan kegiatan PASTI dilakukan dari tanggal 01 hingga 19 November 2024 dengan pendampingan dari pemegang program hipertensi di Puskesmas Karanganyar.

Puncak kegiatan pendidikan dan pelatihan dilakukan pada tanggal 20 November 2024 dengan nama kegiatan PASTI (Pendidikan dan Pelatihan Cegah Hipertensi dengan Pakcoy Seledri). PASTI merupakan kegiatan pendidikan dan pelatihan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai cara menurunkan hipertensi melalui konsumsi minuman yang terbuat dari pakcoy seledri. Kegiatan ini memanfaatkan media presentasi visual dalam proses penyampaian materi, serta pelatihan dalam pembuatan minuman pakcoy seledri. Kegiatan ini diakhiri dengan pre- test dan post- test yang bertujuan untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti pelatihan.

Peserta diklat merupakan usia produktif dan penderita hipertensi, namun prioritas pesertanya yaitu lansia di RW 04 Kelurahan Cibeuti dengan jumlah peserta 35 orang. Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan secara tatap muka dimana pelaksanaan diklat dengan mendatangi peserta yang bertempat di Madrasah RT 02 RW 4 Cijeruk Girang Kelurahan Cibeuti, Kecamatan Karanganyar, Kota Tasikmalaya, Jawa Barat. Media yang digunakan dalam pendidikan kesehatan mengenai hipertensi dan pembuatan jus pakcoy dan seledri yaitu berupa media presentasi visual serta selebaran yang berisi informasi terkait hipertensi.

Untuk dapat melihat adanya perubahan dari sebelum dan setelah diberikan pendidikan dan pelatihan, pengabdian melakukan kegiatan pre- test dan post- test. Untuk menilai adanya perbedaan dilakukanlah uji normalitas. Namun berhubung hasil dari uji normalitas menunjukkan data tidak terdistribusi dengan normal, maka pengabdian melakukan uji statistik Wilcoxon untuk dapat melihat adanya perbedaan dari sebelum dan setelah diberikannya pendidikan dan pelatihan.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui pendidikan dan pelatihan PASTI (Pendidikan dan Pelatihan Cegah Hipertensi dengan Pakcoy Seledri) merupakan kegiatan yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan mengenai cara menurunkan hipertensi melalui konsumsi minuman yang terbuat dari pakcoy dan seledri. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berfokus pada proses pencarian data penyakit di Puskesmas, melakukan pengambilan data pengetahuan masyarakat, puncak kegiatan pendidikan dan pelatihan, sekaligus dilakukan proses monitoring dan evaluasi. Adapun rincian kegiatan sebagai berikut:

**a. Melakukan Diskusi dan Pencarian Data Penyakit di Puskesmas Karanganyar**

Pengabdi melakukan pencarian data penyakit tertinggi yang berada di Puskesmas Karanganyar. Puskesmas Karanganyar merupakan salah satu puskesmas di Kota Tasikmalaya yang termasuk ke dalam 5 besar Puskesmas dengan jumlah kasus hipertensi tertinggi di Kota Tasikmalaya.



Gambar 1. Proses Pencarian Data Penyakit Tertinggi di Puskesmas Karanganyar  
Sumber: *Dokumentasi Pengabdi, 2024*

Pencarian data kasus penyakit tertinggi di Puskesmas Karanganyar dilakukan dengan cara berdiskusi langsung kepada penanggung jawab program Penyakit Tidak Menular. Dari hasil diskusi tersebut didapatkan data bahwa menurut data Puskesmas Karanganyar pada tahun 2024 dari Januari hingga Juni diketahui sebanyak 1.533 orang dengan 36,9 persennya adalah lansia. Puskesmas Karanganyar menaungi 3 kelurahan yaitu Kelurahan Karanganyar, Cibeuati dan Cilamajang. Kelurahan Cibeuati merupakan kelurahan dengan prevalensi penyakit hipertensi tertinggi di wilayah Kerja Puskesmas Karanganyar sebanyak 600 kasus dan kasus terbanyak ditemukan di RW 04 sebanyak 80 kasus per Juli 2024.

**b. Melakukan Pengambilan Data Pengetahuan dan Keterampilan Masyarakat**

Berdasarkan hasil pre- survei pengabdi kepada sasaran sebanyak 30 orang didapatkan hasil bahwa hipertensi disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat yang dimana masyarakat di daerah tersebut sering mengonsumsi makanan tinggi natrium sebesar 90,5%. Faktor lainnya juga yaitu bumbu penyedap sebesar 94,4%, serta kurang konsumsi sayuran < 3 kali dalam seminggu dengan persentase 81%. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang menyebutkan bahwa sebesar 64,7% penyebab pra- hipertensi pada lansia di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun adalah terlalu berlebihannya dalam mengonsumsi makanan dengan kandungan garam berlebih [14]. Dengan demikian, masyarakat juga masih memiliki kesadaran yang kurang dalam mencegah bahaya hipertensi. Oleh karena itu diperlukan upaya untuk mencegah hipertensi sehingga kejadiannya dapat terkontrol.

**c. Pendidikan dan Pelatihan kepada Masyarakat**

Peserta diklat merupakan usia produktif dan penderita hipertensi, namun prioritas pesertanya yaitu lansia di RW 04 Kelurahan Cibeuati dengan jumlah peserta 35 orang. Alasan memilih peserta tersebut karena lansia rentan terkena penyakit hipertensi karena akibat dari perubahan fisiologi ataupun patologi. Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan secara on- site dimana pelaksana diklat mendatangi pesertanya yang bertempat di Madrasah RT 02 RW 4 Cijeruk Girang Kelurahan Cibeuati, Kecamatan Karanganyar, Kota Tasikmalaya pada Rabu, 20 November 2024. Dipilihnya tempat kegiatan ini karena mudah dijangkau oleh sasaran, sering digunakan untuk penyuluhan dan pengajian, tempat dapat memuat jumlah sasaran, serta

mudah berkoordinasi dalam pelaksanaannya dengan pihak kader setempat. Media yang digunakan dalam pendidikan kesehatan mengenai hipertensi dan pembuatan jus pakcoy dan seledri yaitu berupa slideshow dan leaflet.

Kegiatan pendidikan dan pelatihan diawali dengan pemberian materi terkait penyakit hipertensi oleh pengabdian. Materi yang diberikan mencakup apa itu hipertensi, siapa saja yang dapat menderita hipertensi, bagaimana hipertensi dapat menyerang seseorang, dan bagaimana cara mencegah dan mengatasi hipertensi. Berikut adalah proses dari kegiatan pemberian materi terkait penyakit hipertensi oleh pengabdian.



Gambar 2. Proses Pemberian Materi terkait Penyakit Hipertensi  
Sumber: *Dokumentasi Pengabdian, 2024*

Berdasarkan hasil pelatihan pembuatan jus pakcoy dan seledri diikuti dengan penuh antusias oleh para peserta diklat. Selama kegiatan pelatihan, peserta diperkenalkan pada berbagai cara inovatif dalam mengolah pakcoy dan seledri menjadi minuman yang sehat dan bergizi, seperti jus, smoothies, dan minuman detox. Para peserta diberikan pengetahuan tentang manfaat kesehatan kedua bahan tersebut, serta teknik pembuatan yang tepat agar rasa dan kandungan gizinya tetap terjaga.



Gambar 3. Demo Pembuatan Minuman Detox dari Pakcoy dan Seledri  
Sumber: *Dokumentasi Pengabdian, 2024*

Peserta sangat antusias dalam sesi praktik, di mana mereka dapat langsung mencoba berbagai resep minuman yang menggunakan pakcoy dan seledri, serta mempelajari cara mengombinasikan bahan-bahan alami lainnya untuk meningkatkan cita rasa dan nilai gizi minuman. Melalui kegiatan ini, para peserta memperoleh keterampilan baru yang dapat mereka aplikasikan baik untuk konsumsi pribadi maupun sebagai peluang usaha.



Gambar 4. Sesi Diskusi dan Tanya Jawab  
 Sumber: *Dokumentasi Pengabdi, 2024*

Selama kegiatan pendidikan dan pelatihan, peserta terlibat aktif baik dari sesi materi, demonstrasi pembuatan minuman pakcoy seledri, hingga di sesi tanya jawab. Beberapa pertanyaan seperti apakah ada alternatif lain selain dibuat jus, apakah vertigo termasuk dampak dari hipertensi, hingga bagaimana cara untuk mengatasi agar hipertensi dapat selalu terpantau diajukan oleh peserta kepada pengabdi.

Pendidikan dan pelatihan kesehatan ini sangat dibutuhkan untuk meningkatkan pengetahuan dari masyarakat. Hal tersebut sejalan dengan kegiatan pendidikan dan pelatihan terkait gizi seimbang di Desa Bayu di wilayah kerja Puskesmas Darul Imarah yang menjelaskan sebesar 82,5% pengetahuan lansia meningkat setelah dilakukan pendidikan dan pelatihan [15]. Melalui kegiatan pendidikan dan pelatihan ini, peserta dapat meningkatkan pengetahuan sekaligus keterampilan yang lebih variatif dalam mengolah pakcoy dan seledri sebagai alternatif mengatasi hipertensi.

**d. Proses Monitoring dan Evaluasi**

Proses monitoring dan evaluasi merupakan salah satu cara yang pengabdi lakukan untuk mengukur keberhasilan dari kegiatan pendidikan dan pelatihan PASTI ini. Di awal kegiatan sebelum diberikannya materi terkait penyakit hipertensi oleh pengabdi dilakukan terlebih dahulu pengisian pre- test kepada peserta pendidikan dan pelatihan. Berikut adalah hasil uji statistik dari kegiatan pre- test:

**Statistics**

Hasil Pre Test

N	Valid	30
	Missing	0
Mean		5.00
Std. Error of Mean		.314
Median		4.00
Std. Deviation		1.722
Variance		2.966
Range		6
Minimum		2
Maximum		8
Percentiles	25	4.00
	50	4.00
	75	6.00

Gambar 5. Hasil Uji Statistik Pre- Test

Berdasarkan tabel di atas yang menunjukkan hasil uji statistik diketahui bahwa rata-rata nilai pre- test responden yaitu 5. Maksimal nilai responden adalah 8 dan minimal nilai responden adalah 2.

Setelah dilakukan pre- test kepada peserta, dilanjutkan dengan pemberian materi, demo pembuatan jus pakcoy seledri, sesi tanya jawab, dan diakhiri dengan pengisian post- test kepada peserta. Adapun hasil dari pengisian post- test sebagai berikut:

**Statistics**

**Hasil Post Test**

N	Valid	30
	Missing	0
Mean		9.07
Std. Error of Mean		.249
Median		10.00
Std. Deviation		1.363
Variance		1.857
Range		6
Minimum		4
Maximum		10
Percentiles	25	8.00
	50	10.00
	75	10.00

Gambar 6. Hasil Uji Statistik Post- Test

Berdasarkan tabel hasil uji statistik di atas dapat diketahui bahwa rata- rata nilai post- test responden yaitu 9,07. Maksimal nilai responden adalah 10 sedangkan untuk minimal nilai responden adalah 4.

[DataSet0]

**Descriptive Statistics**

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Hasil Pre Test	30	5.00	1.722	2	8
Hasil Post Test	29	9.03	1.375	4	10

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Hasil Pre Test	Hasil Post Test
N		30	29
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	5.00	9.03
	Std. Deviation	1.722	1.375
Most Extreme Differences	Absolute	.253	.345
	Positive	.253	.241
	Negative	-.186	-.345
Kolmogorov-Smirnov Z		1.384	1.857
Asymp. Sig. (2-tailed)		.043	.002

a. Test distribution is Normal.

Gambar 7. Hasil Uji Normalitas

Data yang didapatkan dari proses pre- test dan post- test dilakukan analisis uji normalitas. Berdasarkan tabel hasil uji normalitas di atas pada data nilai pre- test dan post- test diketahui bahwa nilai signifikan pada kedua data tersebut yaitu 0,043 dan 0,002 yang dimana nilai tersebut <0,05 sehingga tidak terdistribusi normal. Oleh karena itu, uji statistik yang cocok digunakan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan yaitu dengan menggunakan uji statistik Wilcoxon.

**Descriptive Statistics**

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Hasil Pre Test	30	5.00	1.722	2	8
Hasil Post Test	30	9.07	1.363	4	10

**Wilcoxon Signed Ranks**

**Ranks**

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Hasil Post Test - Hasil Pre Test	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	Positive Ranks	28 <sup>b</sup>	14.50	406.00
	Ties	2 <sup>c</sup>		
	Total	30		

- a. Hasil Post Test < Hasil Pre Test
- b. Hasil Post Test > Hasil Pre Test
- c. Hasil Post Test = Hasil Pre Test

**Test Statistics<sup>b</sup>**

	Hasil Post Test - Hasil Pre Test
Z	-4.690 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

- a. Based on negative ranks.
- b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Gambar 8. Hasil Uji Statistik Wilcoxon

Setelah dilakukan uji statistik Wilcoxon, diketahui bahwa nilai Sig. (2- tailed) sebesar 0,000 yang berarti kurang dari 0,05. Hal tersebut dapat menjelaskan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai *pre- test* dengan nilai *post- test* peserta. Artinya bahwa kegiatan diklat kesehatan berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan sasaran.

Berdasarkan hasil uji statistik dari nilai *pre- test* dan *post- test* yang menunjukkan adanya pengaruh dalam peningkatan pengetahuan peserta dari sebelum dan setelah mengikuti pendidikan dan pelatihan PASTI ini. Metode pendidikan dan penelitian ini menunjukkan beberapa rangkaian kegiatan dari dimulainya pengukuran kemampuan pengetahuan peserta, pemberian materi terkait hipertensi, praktik secara langsung salah satu cara mengatasi hipertensi, diskusi bersama, dan diakhiri dengan pengukuran pengetahuan peserta setelah dilakukan kegiatan pendidikan dan pelatihan ini.

Dengan pendidikan dan pelatihan ini, peserta dapat meningkatkan pengetahuan terkait cara mengatasi hipertensi dan mengembangkan kemampuan dalam menciptakan minuman sehat yang berbasis pada bahan- bahan lokal, sekaligus membuka peluang bisnis baru yang bermanfaat bagi kesehatan masyarakat. Melalui kegiatan pendidikan dan pelatihan ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta mereka mengenai potensi produk olahan dari pakcoy dan seledri. Setelah melakukan kegiatan pendidikan dan pelatihan ini peserta dapat menerapkan pengetahuan dan keterampilan baru dalam mengatasi permasalahan hipertensi mereka dengan memanfaatkan sayuran pakcoy maupun seledri yang ada disekitar mereka untuk dijadikan jus yang dapat dikonsumsi setiap hari.

**4. KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui kegiatan PASTI ini dimulai dengan proses pencarian data penyakit di Puskesmas, pengambilan data pengetahuan masyarakat, puncak kegiatan pendidikan dan pelatihan, serta diakhiri dengan proses monitoring dan evaluasi di Madrasah RT 02 RW 4 Cijeruk Girang Kelurahan Cibauti, Kecamatan Karanganyar, Kota Tasikmalaya, Jawa Barat. Kegiatan PASTI menunjukkan hasil positif terhadap peningkatan pengetahuan peserta pada kelompok lansia yang menjadi sasaran pelatihan yaitu berdasarkan hasil analisis statistik, diketahui bahwa nilai Signifikansi (Sig. 2- tailed) yang diperoleh sebesar

0,000 yang berarti kurang dari 0,05 yang menjelaskan adanya perbedaan signifikan antara skor pre- test dan post- test peserta. Evaluasi menunjukkan bahwa 63,3% peserta setuju bahwa kegiatan PASTI memberikan manfaat yang besar, dan merasa bahwa pelatihan pembuatan minuman pakcoy dan seledri mudah diikuti. Hal ini menandakan bahwa kegiatan PASTI tidak hanya berhasil meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memberikan dampak positif dalam perubahan sikap dan perilaku peserta terhadap pencegahan hipertensi. Dalam mengupayakan keberlanjutan kegiatan ini, diperlukan kerja sama dan penguatan antara pihak puskesmas, institusi pendidikan, dan juga masyarakat setempat dalam mengembangkan kegiatan pendidikan dan pelatihan lanjutan, pendampingan dalam jangka panjang, dan penyediaan jadwal yang telah dipastikan secara rutin untuk dapat merutinkan kegiatan pendidikan dan pelatihan tersebut.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat melalui kegiatan PASTI ini. Ucapan terima kasih khusus disampaikan kepada Kepala Puskesmas Karanganyar Kota Tasikmalaya dan Lurah Cibeuati yang telah memfasilitasi dan mendukung kegiatan PASTI di Madrasah RT 02 RW 04 Cijeruk Girang, Kelurahan Cibeuati, Kecamatan Karanganyar, Kota Tasikmalaya. Kami juga berterima kasih kepada masyarakat RT 02 RW 04 yang telah berpartisipasi aktif dalam setiap sesi kegiatan PASTI, serta menunjukkan antusiasme, dan semangat belajar yang tinggi.

### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Y. Ari Mashuri *et al.*, "Differences in knowledge, attitude, and practice regarding hypertension by access to a community-based screening program (POSBINDU): A cross-sectional study from four districts in Indonesia," *PLoS One*, vol. 19, no. 5 May, pp. 1–16, 2024, doi: 10.1371/journal.pone.0303503.
- [2] WHO, "Hypertension," *World Health Organisation*, 2023. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension> (accessed Jan. 02, 2025).
- [3] B. M. Egan, H. J. Mattix-Kramer, J. N. Basile, and S. E. Sutherland, "Managing Hypertension in Older Adults," *Curr. Hypertens. Rep.*, vol. 26, no. 4, pp. 157–167, 2024, doi: 10.1007/s11906-023-01289-7.
- [4] Y. Ostchega, C. D. Fryar, T. Nwankwo, and D. T. Nguyen, "Hypertension Prevalence Among Adults Aged 18 and Over: United States, 2017-2018," *NCHS Data Brief*, no. 364, pp. 1–8, 2020, [Online]. Available: <https://www.cdc.gov/nchs/data/databriefs/db364-h.pdf>
- [5] J. H. Lee, K. Il Kim, and M. C. Cho, "Current status and therapeutic considerations of hypertension in the elderly," *Korean J. Intern. Med.*, vol. 34, no. 4, pp. 687–695, 2019, doi: 10.3904/kjim.2019.196.
- [6] X. Liu *et al.*, "Machine learning for predicting in-hospital mortality in elderly patients with heart failure combined with hypertension: a multicenter retrospective study," *Cardiovasc. Diabetol.*, vol. 23, no. 1, 2024, doi: 10.1186/s12933-024-02503-9.
- [7] F. A. D. Andini and A. Y. M. Siregar, "Work hours and the risk of hypertension: the case of Indonesia," *BMC Public Health*, vol. 24, no. 1, 2024, doi: 10.1186/s12889-024-20003-z.
- [8] L. Guasti *et al.*, "Management of Hypertension in the Elderly and Frail Patient," *Drugs and Aging*, vol. 39, no. 10, pp. 763–772, 2022, doi: 10.1007/s40266-022-00966-7.
- [9] Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, "Profil Kesehatan Jawa Barat 2023," 2023. [Online]. Available: <https://app-diskes.jabarprov.go.id/drive/s/TyZTzEqnm5TfrM4>
- [10] Riset Kesehatan Dasar, "Laporan Nasional Riskesdas 2018," Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Jakarta, 2019. [Online]. Available:

- [https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf](https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan_Riskesdas_2018_Nasional.pdf)
- [11] Kementerian Kesehatan RI, "Laporan Tematik: Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023," 2024. [Online]. Available: [http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484\\_SISTEM\\_PEMBETUNGAN\\_TERPUSAT\\_STRATEGI\\_MELESTARI](http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI)
- [12] Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, "Profil Kesehatan Kota Tasikmalaya," Kota Tasikmalaya, 2023. [Online]. Available: [https://dinkes.tasikmalayakota.go.id/storage/dok/informasi/Profil Kesehatan Kota Tasikmalaya 2023 \(1\).pdf](https://dinkes.tasikmalayakota.go.id/storage/dok/informasi/Profil_Kesehatan_Kota_Tasikmalaya_2023_(1).pdf)
- [13] M. Fritz *et al.*, "Effectiveness of community-based diabetes and hypertension prevention and management programmes in Indonesia and Viet Nam: A quasi-experimental study," *BMJ Glob. Heal.*, vol. 9, no. 5, 2024, doi: 10.1136/bmjgh-2024-015053.
- [14] Imelda, F. Sjaaf, and P. Puspita, "Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun," *Heal. Med. J.*, vol. 2, no. 2, pp. 68–77, 2020, doi: 10.33854/heme.v2i2.532.
- [15] E. Fitriyaningsih, I. Affan, A. Andriani, and I. Iskandar, "Peningkatan pengetahuan lansia dengan edukasi gizi penyakit hipertensi," *J. PADE Pengabdi. Edukasi*, vol. 3, no. 2, p. 47, 2021, doi: 10.30867/pade.v1i2.705.