Edukasi Interaktif Pencegahan Hipertensi melalui Media Permainan dan Demonstrasi Pengolahan Daun Sirsak pada Remaja Papua di Asrama ADEM Kota Salatiga, Jawa Tengah

Claritha Rambu Aya Yani[1], Nessa Evelin Matakena[2], Novalia Kana Sari Dagali[3], Hesti Welandari Feni[4] Yulianti Bawi[5], Tina Payumka[6], , Herolince Kiwo[7], Ade Rivaldy Purba[8], Victor Carlos Masela[9], Rosiana Eva Rayanti*[10]

[1,2,3,4,5,6,7,8,9,10] Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kristen Satya Wacana, Indonesia
*e-mail: rosiana.evarayanti@uksw.edu

Abstrak

Latar Belakang: *Hipertensi pada remaja perlu mendapat perhatian karena dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular di kemudian hari. Edukasi interaktif diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pencegahan hipertensi.* ***Tujuan:*** *Meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pencegahan hipertensi melalui edukasi interaktif Papua di Asrama ADEM Kota Salatiga, Jawa Tengah.* ***Metode****: Kegiatan pengabdian masyarakat menggunakan pendekatan partisipatif dan kolaboratif dengan melibatkan 30 remaja Papua berusia 16–20 tahun. Kegiatan dilaksanakan pada 30 Juli 2026 melalui permainan ular tangga, lagu HERDASI, dan demonstrasi pengolahan daun sirsak. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test yang terdiri atas enam pertanyaan. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank Test.* ***Hasil:*** *Sebelum edukasi, peserta memiliki tingkat pengetahuan kategori tinggi (30,0%), sedang (53,3%), dan rendah (16,7%). Setelah edukasi, kategori tinggi meningkat menjadi 33,3%, kategori sedang menjadi 66,7%, dan tidak terdapat peserta dalam kategori rendah. Uji Wilcoxon menunjukkan perbedaan pengetahuan yang bermakna sebelum dan sesudah edukasi (Z = -1,978; p = 0,048).* ***Kesimpulan:*** *Edukasi interaktif menunjukkan hasil positif dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pencegahan hipertensi serta memperluas pemahaman tentang pemanfaatan daun sirsak sebagai tanaman obat keluarga. Edukasi berkala dan pemantauan perilaku hidup sehat diperlukan untuk menjaga keberlanjutan program.*

Kata kunci: *Daun Sirsak, Hipertensi, Remaja Papua*

Abstract

Background: *Hypertension in adolescents requires attention because it may increase the risk of cardiovascular disease later in life. Interactive education is needed to improve adolescents' knowledge of hypertension prevention.* ***Objective:*** *To improve Papuan adolescents' knowledge of hypertension prevention at the ADEM Dormitory in Salatiga, Central Java.* ***Methods:*** *This community service program involved 30 Papuan adolescents aged 16–20 years using a participatory approach. The activity was conducted on July 30, 2026, through a snakes-and-ladders game, the HERDASI song, and a demonstration of soursop leaf preparation. Evaluation used a six-question pre-test and post-test. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed-Rank Test.* ***Results:*** *Before the intervention, participants had high (30.0%), moderate (53.3%), and low (16.7%) knowledge levels. After the intervention, high knowledge increased to 33.3%, moderate knowledge reached 66.7%, and no participants remained in the low category. The Wilcoxon test showed a significant difference in knowledge before and after the intervention (Z = -1.978; p = 0.048).* ***Conclusion:*** *Interactive education showed positive results in improving adolescents' knowledge of hypertension prevention and broadening their understanding of soursop leaves as a family medicinal plant. Regular education and monitoring of healthy lifestyle behaviors are recommended to ensure program sustainability.*

Keywords: *Hypertension, Papuan Adolescents, Soursop Leaves*

1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang semakin banyak ditemukan pada kelompok usia remaja akibat perubahan gaya hidup yang kurang sehat. Kondisi ini perlu mendapat perhatian karena dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular, stroke, dan

gangguan ginjal pada usia dewasa apabila tidak dilakukan upaya pencegahan sejak dini (Swamilaksita et al., 2021) . *World Health Organization* (WHO) melaporkan sekitar 1,13 miliar penduduk dunia mengalami hipertensi, sedangkan prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1% berdasarkan Riskesdas 2018 (Siswanto, 2020). Pada kelompok remaja, prevalensi hipertensi secara global mencapai 15,7% dan berkaitan dengan berbagai faktor risiko, seperti konsumsi makanan tinggi natrium, kurangnya aktivitas fisik, obesitas, serta perubahan gaya hidup modern. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa edukasi pencegahan hipertensi perlu diberikan sejak usia remaja sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif.

Permasalahan tersebut juga menjadi perhatian pada remaja Papua yang tinggal di Asrama ADEM Kota Salatiga, Jawa Tengah. Berdasarkan survei awal pada Juni 2026 terhadap 30 remaja, sebanyak 66,7% peserta memiliki tingkat pengetahuan sedang mengenai hipertensi. Selain itu, sebagian peserta belum pernah memperoleh edukasi khusus mengenai pencegahan hipertensi. Hasil identifikasi awal juga menunjukkan adanya perubahan kebiasaan hidup selama tinggal di asrama, antara lain konsumsi makanan tinggi garam, kurangnya aktivitas fisik, dan tingginya konsumsi minuman berpemanis. Kondisi ini menjadi perhatian karena perubahan pola konsumsi dan aktivitas fisik dapat berkontribusi terhadap peningkatan risiko hipertensi sejak usia remaja. Remaja Papua yang merantau juga berpotensi mengalami perubahan pola konsumsi dari pangan lokal menuju makanan olahan sebagai bagian dari proses adaptasi terhadap lingkungan baru, yang dapat memengaruhi kebiasaan makan dan kesehatan remaja (Asriati, 2023) .

Berdasarkan hasil wawancara dengan pengelola asrama, belum pernah dilaksanakan edukasi kesehatan secara berkelanjutan yang secara khusus membahas pencegahan hipertensi maupun pemanfaatan tanaman obat keluarga. Edukasi kesehatan yang pernah diberikan masih bersifat umum dan belum menggunakan media pembelajaran interaktif yang disesuaikan dengan karakteristik remaja. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan edukasi yang lebih kontekstual, menarik, dan partisipatif agar peserta tidak hanya memperoleh informasi, tetapi juga mampu memahami serta menerapkan pesan kesehatan dalam kehidupan sehari-hari.

Salah satu materi yang diperkenalkan dalam kegiatan ini adalah pemanfaatan daun sirsak (*Annona muricata*) sebagai tanaman obat keluarga. Daun sirsak dipilih karena relatif mudah ditemukan, terjangkau, serta telah dikenal masyarakat Papua sebagai salah satu tanaman herbal yang dipercaya memiliki manfaat bagi kesehatan (Ningrum et al., 2024). Daun sirsak mengandung sejumlah senyawa fitokimia, seperti flavonoid, asetogenin, tanin, dan fitosterol. Beberapa penelitian mengemukakan potensi senyawa tersebut dalam memberikan efek biologis, termasuk aktivitas yang berkaitan dengan pengaturan tekanan darah melalui mekanisme vasodilatasi dan penghambatan *angiotensin-converting enzyme* (ACE)(Amukti et al., 2024) . Pemanfaatan daun sirsak dalam kegiatan ini tidak dimaksudkan sebagai pengganti pengobatan hipertensi, melainkan sebagai pengenalan tanaman obat keluarga dan alternatif pendamping edukasi kesehatan. Kedekatan tanaman ini dengan pengetahuan dan lingkungan masyarakat Papua juga menjadi pertimbangan dalam pemilihan materi, sehingga diharapkan dapat meningkatkan penerimaan peserta terhadap edukasi pemanfaatan tanaman herbal secara bijak (Siregar & Sinaga, 2025).

Untuk meningkatkan efektivitas penyampaian materi, edukasi dilaksanakan menggunakan media permainan ular tangga edukatif yang memungkinkan peserta belajar secara interaktif dan menyenangkan. Penggunaan permainan ular tangga dalam edukasi kesehatan berpotensi meningkatkan pengetahuan dan partisipasi remaja dibandingkan dengan metode penyampaian informasi satu arah(Eka Yaya Fujianti et al., 2024) . Kebaruan kegiatan ini terletak pada integrasi beberapa media edukasi, yaitu permainan ular tangga kesehatan, pemutaran lagu HERDASI (Rebusan Daun Sirsak), serta demonstrasi pengolahan rebusan daun sirsak. Kombinasi tersebut dirancang untuk menyampaikan informasi mengenai hipertensi, faktor risikonya, perilaku pencegahan, serta pengenalan pemanfaatan tanaman obat keluarga melalui pendekatan yang lebih menarik dan sesuai dengan karakteristik remaja Papua.

Berdasarkan permasalahan dan kebutuhan mitra tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan remaja Papua di Asrama ADEM Kota Salatiga mengenai hipertensi dan upaya pencegahannya melalui edukasi interaktif berbasis permainan ular tangga, lagu HERDASI, dan demonstrasi pengolahan daun sirsak. Luaran yang diharapkan meliputi peningkatan pengetahuan peserta mengenai hipertensi dan faktor risikonya,

peningkatan pemahaman mengenai pemanfaatan daun sirsak sebagai tanaman obat keluarga secara bijak, serta tumbuhnya kesadaran dan ketertarikan remaja untuk menerapkan pola hidup sehat sebagai bagian dari upaya pencegahan hipertensi sejak dini.

2. METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah pendekatan partisipatif dan kolaboratif melalui edukasi kesehatan menggunakan permainan ular tangga edukatif serta pengenalan pemanfaatan rebusan daun sirsak sebagai bagian dari edukasi pencegahan hipertensi. Kegiatan melibatkan tujuh mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kristen Satya Wacana, dalam rangka pelaksanaan tugas mata kuliah *Traditional Medication*, dengan pendampingan dosen keperawatan. Sasaran kegiatan adalah 30 remaja Papua berusia 16–20 tahun yang tinggal di Asrama ADEM Kota Salatiga, Jawa Tengah.

Kegiatan dilaksanakan melalui tiga tahapan, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Survei awal dan pengumpulan informasi mengenai kondisi serta kebutuhan edukasi mitra dilakukan pada 21 Mei 2026 melalui pengisian kuesioner dan identifikasi awal bersama pihak asrama. Hasil survei tersebut digunakan sebagai dasar penyusunan materi dan media edukasi. Tahap persiapan selanjutnya dilakukan melalui koordinasi antara tim pelaksana dan pihak Asrama ADEM Kota Salatiga untuk menentukan waktu, tempat, sasaran, dan teknis pelaksanaan kegiatan. Tim juga menyusun instrumen evaluasi berupa *pre-test* dan *post-test* serta menyiapkan media edukasi yang terdiri atas permainan ular tangga edukatif, lagu HERDASI (Rebusan Daun Sirsak), dan bahan demonstrasi pengolahan daun sirsak. Materi edukasi mencakup pengenalan hipertensi, faktor risiko, upaya pencegahan melalui pola hidup sehat, serta pengenalan pemanfaatan daun sirsak sebagai tanaman obat keluarga.

Pelaksanaan utama kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan pada 30 Juli 2026 pukul 17.30–19.30 WIB di Asrama ADEM Kota Salatiga, Jawa Tengah. Kegiatan diawali dengan pembukaan dan pengisian *pre-test* untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan awal peserta mengenai hipertensi dan pemanfaatan daun sirsak. Selanjutnya, peserta memperoleh edukasi kesehatan mengenai pengertian hipertensi, faktor risiko, dan upaya pencegahannya melalui penerapan pola hidup sehat. Materi juga mencakup pengenalan daun sirsak sebagai tanaman obat keluarga dan demonstrasi pengolahan rebusannya. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif melalui permainan ular tangga edukatif dan pemutaran lagu HERDASI untuk membantu peserta memahami dan mengingat pesan kesehatan yang disampaikan. Selama kegiatan berlangsung, peserta diberikan kesempatan untuk berdiskusi dan mengajukan pertanyaan terkait materi edukasi. Permainan ular tangga juga digunakan sebagai sarana penguatan materi melalui pertanyaan-pertanyaan seputar hipertensi dan pemanfaatan daun sirsak. Peserta yang aktif dan berhasil menjawab pertanyaan dengan benar diberikan *doorprize* sebagai bentuk apresiasi dan motivasi.

Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan desain *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan setelah mengikuti edukasi. Instrumen evaluasi terdiri atas enam butir pertanyaan yang mencakup dua topik utama, yaitu pengetahuan mengenai hipertensi dan upaya pencegahannya serta pengetahuan mengenai pemanfaatan rebusan daun sirsak. Instrumen tersebut terdiri atas empat pertanyaan positif (*favorable*) dan dua pertanyaan negatif (*unfavorable*). Penilaian dilakukan berdasarkan ketepatan jawaban peserta, dengan skor 1 untuk jawaban benar dan skor 0 untuk jawaban salah. Pada pertanyaan positif, jawaban yang sesuai dengan pernyataan memperoleh skor 1, sedangkan pada pertanyaan negatif, jawaban yang menunjukkan pemahaman yang benar terhadap pernyataan negatif memperoleh skor 1.

Skor keseluruhan kemudian dikonversikan ke dalam bentuk persentase dengan membandingkan jumlah skor yang diperoleh terhadap skor maksimal. Tingkat pengetahuan selanjutnya dikelompokkan menjadi tiga kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah berdasarkan kriteria penilaian yang digunakan dalam kegiatan ini. Hasil *pre-test* dan *post-test*dianalisis untuk

mengetahui perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti edukasi. Analisis perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi dilakukan menggunakan uji Wilcoxon *Signed-Rank Test* karena data dianalisis secara berpasangan. Hasil evaluasi digunakan untuk menggambarkan perubahan pengetahuan remaja Papua mengenai hipertensi, upaya pencegahannya, serta pemanfaatan daun sirsak sebagai tanaman obat keluarga.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan di Asrama ADEM Kota Salatiga, Jawa Tengah, dengan melibatkan 30 remaja Papua berusia 16–20 tahun. Kegiatan diawali dengan pengisian *pre-test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta mengenai hipertensi dan pemanfaatan daun sirsak sebagai tanaman obat keluarga. Selanjutnya, peserta mengikuti rangkaian edukasi kesehatan melalui penyampaian materi, permainan edukatif ular tangga, pemutaran lagu HERDASI (Rebusan Daun Sirsak), serta demonstrasi pengolahan rebusan daun sirsak. Setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai, peserta mengisi *post-test* untuk mengevaluasi perubahan pengetahuan setelah mengikuti edukasi. Hasil pelaksanaan kegiatan disajikan berdasarkan karakteristik peserta, penggunaan media edukasi, distribusi tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi, serta hasil analisis statistik.

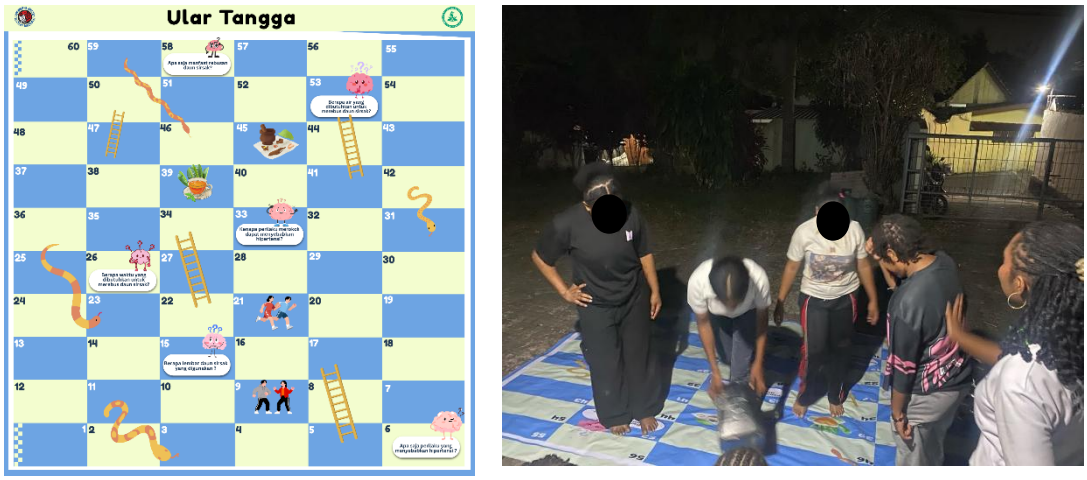
Remaja Papua sebagai sasaran kegiatan didasarkan pada kebutuhan untuk memperkuat upaya promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan sejak usia remaja. Remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap berbagai permasalahan kesehatan dan masih memiliki keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan yang akurat, terutama di beberapa wilayah Papua, sehingga diperlukan strategi edukasi yang mampu meningkatkan literasi kesehatan sejak dini (Nugroho, 2025). Pengembangan program edukasi berbasis komunitas bagi remaja di Kota Jayapura terbukti dapat meningkatkan pengetahuan kesehatan dan memperkuat keterlibatan remaja dalam perilaku hidup sehat. Oleh karena itu, pemberian edukasi mengenai pencegahan hipertensi kepada remaja Papua diharapkan dapat membentuk kebiasaan hidup sehat sejak dini, meningkatkan kesadaran terhadap faktor risiko hipertensi, serta menjadi bekal dalam mencegah penyakit tidak menular pada masa dewasa (Setyarini A, 2023) .

Tabel 1. Karakteristik Responden

Usia	***f***	**%**
20	2	6,7
19	7	23,3
18	8	26,7
17	8	26,7
16	5	16,7%
Total	**30**	**100**
Jenis Kelamin		
Perempuan	17	56.7
Laki-Laki	13	43.3
Total	**30**	**100**

Berdasarkan Tabel 1, dari 30 responden, sebagian besar berusia 17 tahun dan 18 tahun, masing-masing sebanyak 8 orang (26,7%). Responden berusia 19 tahun berjumlah 7 orang (23,3%), usia 16 tahun sebanyak 5 orang (16,7%), dan usia 20 tahun sebanyak 2 orang (6,7%). Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar responden adalah perempuan, yaitu sebanyak 17 orang (56,7%), sedangkan laki-laki berjumlah 13 orang (43,3%). Karakteristik tersebut menunjukkan bahwa kegiatan menjangkau kelompok remaja pada rentang usia yang penting

untuk memperoleh edukasi kesehatan sebagai upaya membangun kesadaran terhadap faktor risiko penyakit tidak menular sejak dini (Rezky et al., 2026) .



Gambar 1. Permainan Ular Tangga

Media edukasi yang digunakan dalam kegiatan ini berupa *fun game* ular tangga edukatif yang dirancang dengan tampilan menarik dan interaktif agar sesuai dengan karakteristik remaja. Permainan ini memuat materi mengenai pengertian hipertensi, faktor risiko, upaya pencegahan, serta pengenalan pemanfaatan daun sirsak sebagai tanaman obat keluarga (Gambar 2). Setiap kotak pada papan permainan dilengkapi dengan pertanyaan, tantangan, atau informasi singkat yang mendorong peserta untuk belajar sambil bermain. Penggunaan media permainan ular tangga dipilih karena mampu menciptakan proses belajar yang aktif, menyenangkan, dan meningkatkan interaksi peserta selama edukasi. Melalui metode bermain, peserta memiliki kesempatan untuk memahami materi, berdiskusi, menjawab pertanyaan, serta mengingat informasi yang diberikan dibandingkan hanya menerima informasi melalui metode ceramah konvensional (Afghani et al., 2023).

Tabel 2. Distribusi Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Edukasi

Kategori Pengetahuan	***Pre-test (n)***	***Pre-test (%)***	***Post-test (n)***	***Post-test (%)***
Tinggi	9	30.0	10	33.3
Sedang	16	53.3	20	66.7
Rendah	5	16.7	0	0.0
Total	30	100.0	30	100.0

Berdasarkan Tabel 2, hasil *pre-test* menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan sedang, yaitu sebanyak 16 responden (53,3%), diikuti kategori tinggi sebanyak 9 responden (30,0%), dan kategori rendah sebanyak 5 responden (16,7%). Setelah diberikan edukasi melalui permainan ular tangga dan pengenalan pemanfaatan daun sirsak, distribusi tingkat pengetahuan mengalami perubahan. Pada *post-test*, jumlah peserta dengan kategori pengetahuan tinggi meningkat menjadi 10 responden (33,3%), kategori sedang meningkat menjadi 20 responden (66,7%), sedangkan tidak terdapat lagi peserta dalam kategori pengetahuan rendah (0%).

Meskipun sebagian besar peserta masih berada pada kategori pengetahuan sedang setelah edukasi, hilangnya kategori pengetahuan rendah menunjukkan adanya perubahan positif dalam distribusi tingkat pengetahuan peserta. Kondisi tersebut dapat berkaitan dengan keterbatasan waktu pelaksanaan edukasi, jumlah materi yang disampaikan, serta cakupan instrumen evaluasi yang hanya terdiri atas enam pertanyaan. Materi yang diberikan mencakup dua topik utama, yaitu hipertensi dan pemanfaatan daun sirsak, sehingga peserta perlu

memahami beberapa aspek kesehatan dalam satu rangkaian kegiatan. Selain itu, perubahan kategori pengetahuan tidak selalu terjadi secara merata pada seluruh peserta karena setiap individu memiliki tingkat pemahaman awal, kemampuan menerima informasi, dan kecepatan belajar yang berbeda. Oleh karena itu, hasil ini menunjukkan bahwa edukasi telah memberikan pemahaman dasar kepada peserta, tetapi penguatan materi dan edukasi berkelanjutan masih diperlukan agar lebih banyak peserta mencapai kategori pengetahuan tinggi (Suardi et al., 2025).



Gambar 3. Edukasi Rebusan Daun Sirsak

Sebagai bagian dari kegiatan edukasi, tim pelaksana memperkenalkan pemanfaatan daun sirsak (*Annona muricata*) melalui demonstrasi pengolahan rebusannya (Gambar 3). Demonstrasi dilakukan dengan memperlihatkan proses penyajian rebusan daun sirsak kepada peserta. Selama kegiatan, peserta memperoleh penjelasan mengenai kandungan, manfaat potensial, cara pengolahan, serta prinsip pemanfaatan daun sirsak secara bijak sebagai tanaman obat keluarga. Pendekatan demonstrasi dipilih agar peserta tidak hanya memperoleh informasi secara teoritis, tetapi juga mendapatkan gambaran praktis mengenai pengolahan tanaman herbal yang dapat dijumpai dalam kehidupan sehari-hari. Pengenalan tersebut diharapkan dapat meningkatkan pemahaman peserta mengenai pemanfaatan tanaman obat tradisional sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan (Fitroh, 2025).

Selain memberikan edukasi mengenai pencegahan hipertensi, pengenalan daun sirsak juga menjadi salah satu materi yang menghubungkan pengetahuan kesehatan dengan pemanfaatan sumber daya lokal. Pemilihan daun sirsak didasarkan pada pemanfaatannya yang telah dikenal masyarakat sebagai tanaman obat tradisional untuk membantu mengelola hipertensi. Masyarakat di Desa Ngrawan, Jawa Tengah, memanfaatkan daun sirsak sebagai pendamping pengobatan hipertensi berdasarkan pengetahuan yang diperoleh secara turun-temurun melalui pertukaran pengalaman dan budaya *gethok tular*. Penelitian sebelumnya juga melaporkan potensi rebusan daun sirsak dalam membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi sehingga berpotensi diperkenalkan sebagai terapi komplementer. Meskipun demikian, pemanfaatannya tetap perlu disertai penerapan pola hidup sehat dan tidak dimaksudkan untuk menggantikan pengobatan medis yang telah direkomendasikan tenaga kesehatan (Andri et al., 2022).

Keunikan kegiatan pengabdian ini terletak pada pengintegrasian tiga media edukasi yang saling melengkapi, yaitu permainan ular tangga, lagu HERDASI, dan demonstrasi pengolahan rebusan daun sirsak. Permainan ular tangga berperan sebagai media pembelajaran interaktif yang mendorong peserta untuk aktif menjawab pertanyaan, berdiskusi, dan memahami informasi mengenai hipertensi serta faktor risikonya. Sementara itu, lagu HERDASI digunakan sebagai media pendukung untuk menyampaikan dan memperkuat pesan edukasi mengenai pengenalan daun sirsak melalui pendekatan yang lebih menarik dan mudah diingat. Demonstrasi pengolahan rebusan daun sirsak selanjutnya memberikan pengalaman pembelajaran secara langsung sehingga peserta memperoleh gambaran praktis mengenai pemanfaatan tanaman obat keluarga. Kombinasi ketiga media tersebut memungkinkan penyampaian informasi melalui pendekatan bermain, mendengarkan, dan mengamati secara langsung. Dengan demikian, proses edukasi tidak hanya berfokus pada penyampaian informasi, tetapi juga mendorong keterlibatan peserta dan memperkuat pemahaman terhadap materi yang diberikan (Polapa, 2025).

Penggunaan pendekatan pembelajaran yang partisipatif juga memberikan kesempatan kepada peserta untuk terlibat secara aktif selama kegiatan berlangsung. Interaksi melalui permainan dan diskusi memungkinkan peserta menghubungkan informasi yang diperoleh dengan kebiasaan sehari-hari, seperti pemilihan makanan, aktivitas fisik, dan upaya menjaga kesehatan. Selain itu, penggunaan media edukasi yang bervariasi dapat membantu mempertahankan perhatian dan motivasi belajar peserta. Pendekatan tersebut sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa metode pembelajaran partisipatif dapat meningkatkan keterlibatan peserta, perhatian, serta retensi informasi dibandingkan penyuluhan yang hanya menggunakan metode konvensional (Trista et al., 2024). Oleh karena itu, kombinasi media dalam kegiatan ini menjadi alternatif pendekatan promosi kesehatan yang dapat disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan remaja.

Tabel 3. Hasil Uji wilcoxon Signed- Rank Test

Variable	Z	p-value	Keterangan
Skor Pre-Test dan Post Test	-1,978	0,048	Signifikan (p<0,05)

Berdasarkan Tabel 3, hasil uji Wilcoxon *Signed-Rank Test* menunjukkan nilai Z = -1,978 dengan nilai p = 0,048 (p < 0,05). Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna antara skor pengetahuan peserta sebelum dan sesudah mengikuti edukasi. Temuan ini mengindikasikan bahwa rangkaian edukasi yang diberikan berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan peserta mengenai hipertensi dan pemanfaatan daun sirsak. Penggunaan media permainan edukatif ular tangga dapat mendukung proses pembelajaran karena peserta terlibat secara langsung dalam menjawab pertanyaan dan memahami informasi yang disampaikan(Mujito, 2023). Selain itu, media pembelajaran interaktif memungkinkan peserta memperoleh pengalaman belajar yang lebih menarik sehingga dapat membantu meningkatkan pemahaman terhadap materi kesehatan (Maisa, 2025).

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dengan mengintegrasikan permainan ular tangga, lagu HERDASI, dan demonstrasi pengolahan daun sirsak dapat menjadi pendekatan promosi kesehatan yang menarik dan partisipatif bagi remaja Papua. Perubahan distribusi kategori pengetahuan dan hasil uji statistik menunjukkan adanya peningkatan pemahaman setelah edukasi. Namun, masih terdapat peserta dalam kategori pengetahuan sedang sehingga diperlukan penguatan materi dan edukasi secara berkelanjutan. Kegiatan ini diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan mengenai hipertensi, tetapi juga menumbuhkan kesadaran remaja untuk menerapkan pola hidup sehat serta memahami pemanfaatan tanaman obat keluarga secara bijak sebagai pendamping upaya pencegahan hipertensi.

4. KESIMPULAN

Pelaksanaan edukasi kesehatan mengenai pencegahan hipertensi melalui media permainan edukatif ular tangga yang dipadukan dengan lagu HERDASI dan demonstrasi pengolahan daun sirsak memberikan hasil positif terhadap pengetahuan remaja Papua. Hasil evaluasi menggunakan *Wilcoxon Signed-Rank Test* menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan yang bermakna antara sebelum dan sesudah edukasi (p = 0,048). Selain meningkatkan pemahaman mengenai hipertensi dan upaya pencegahannya, kegiatan ini juga memperluas pengetahuan peserta mengenai pemanfaatan daun sirsak sebagai salah satu tanaman obat keluarga. Kombinasi media permainan, lagu, dan demonstrasi menjadi pendekatan edukasi interaktif yang mendorong keterlibatan peserta selama kegiatan berlangsung. Untuk menjaga keberlanjutan program, edukasi kesehatan perlu dilakukan secara berkala dan disertai pemantauan perubahan perilaku hidup sehat peserta sebagai bagian dari upaya pencegahan hipertensi sejak usia remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pihak Asrama ADEM Salatiga yang telah memberikan izin, dukungan, serta memfasilitasi pelaksanaan kegiatan edukasi.

DAFTAR PUSTAKA

Afghani, A., Wisanti, E., Anggreny, Y., & Rukmini, E. D. (2023). Analisis Asuhan Keperawatan Pada Agregat Anak Usia Sekolah Dasar Dengan Pendidikan Kesehatan Permainan Ular Tangga Untuk Meningkatkan Pengetahuan Jajanan Sehat. *Jurnal Ners*, *7*(2), 1505–1511. https://doi.org/10.31004/jn.v7i2.16433

Amukti, D. P., Humolungo, D. T. W. S., Ardilla, M., Bachri, Moch. S., & Ma'ruf, M. (2024). Pemberian edukasi pada usia remaja terhadap penyakit hipertensi. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, *5*(2), 251–258. https://doi.org/10.33474/jp2m.v5i2.21600

Andri, J., Padila, P., Sugiharno, R. T., & Anjelina, K. (2022). Penggunaan Rebusan Daun Sirsak terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, *6*(1), 79–88. https://doi.org/10.31539/jks.v6i1.4169

Asriati, A. , A. N. , P. L. , & J. H. (2023). Analisis Aktivitas Fisik Remaja Papua Untuk Pencegahan Hipertensi. *Jurnal Romotif Reventif*, *6*(2), 245–255.

Eka Yaya Fujianti, M., Desi Holifatus Su'aida, & Ida Wahyuni. (2024). Program Peningkatan Knows-Hype (Knowledge And Self-Awareness For Hypertension Prevention) Pada Remaja Di Sman 2 Sampang. *Proficio*, *6*(1), 992–998. https://doi.org/10.36728/jpf.v6i1.4442

Fitroh S N. (2025). Strategi Pencegahan Hipertensi Pada Remaja: Edukasi Kesehatan Dan Skrining Di SMK Mulya Husada Purwokerto. (2025). *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. Https://Doi.Org/10.31949/Jb.V6i2.13198*, *6*(2), 1555–1563.

Maisa B A, T. Z. L. N. V. N. S. (2025). Program Kelas Edukasi Efektif Meningkatkan Pengetahuan Remaja tentang Hipertensi. *Media Karya Kesehatan*, *8*(2).

Mujito, M. , A. A. H. , & M. M. (2023). Motivasi Penderita Hipertensi dalam Melakukan Diet. *Journal of Borneo Holistic Health*, *6*(2), 129–138.

Ningrum, P. C., Rachmawati, A., Rejeki, S., & Khayati, N. (2024). Penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi menggunakan rebusan daun sirsak. *Ners Muda*, *5*(1), 73. https://doi.org/10.26714/nm.v5i1.13620

Nugroho, F. A. , G. U. , S. C. , & N. I. A. (2025). Pengaruh edukasi kesehatan pencegahan hipertensi terhadap tingkat pengetahuan hipertensi pada siswa usia remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan (NSJ)*, *2*, 306–312.

Polapa, N. , J. M. , L. C. , & K. V. (2025). Faktor Risiko Hipertensi Pada Remaja Usia 15-23 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Dungaliyo, Gorontalo, Indonesia. *Jurnal Romotif Reventif, 8*(6), 1680–1693. https://Doi.Org/10.47650/Jpp.V8i6.2440

Rezky Rahman, M., Solikin, Heriani, N., & Hadrianti, D. (2026). Hubungan Gaya Hidup Remaja Dengan Risiko Hipertensi Dini Pada Siswa Kelas X Usia 15-17 Tahun Di SMAN 4 Banjarmasin. *Jurnal Ilmiah JKA (Jurnal Kesehatan Aeromedika)*, *12*(1), 191–195. https://doi.org/10.58550/jka.v12i1.376

Setyarini A, U. A. S. M. D. C. T. (2023). Efektivitas Modul Edukasi Berbasis Health Belief Model Dalam Meningkatkan Kesadaran Dan Perilaku Pencegahan Hipertensi. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia*, *9*(3), 215–221.

Siregar, R., & Sinaga, C. R. (2025). Pemberian Rebusan Daun Sirsak untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Lanjut Usia Penderita Hipertensi di Panti Jompo Taman Boedhi Asri Kota Medan, Sumatera Utara. *Ahmar Metakarya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *4*(2), 158–163. https://doi.org/10.53770/amjpm.v4i2.441

Siswanto, S. W. &. (2020). Perilaku Berisiko Hipertensi Pada Remaja di Kabupaten Semarang. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, *5*(1), 284–290. https://doi.org/10.35473/proheallth.v5i1.2131

Suardi, Y., Muzakkir, M., & Arna Abrar, E. (2025). Pengaruh Rebusan Air Daun Sirsak Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Citta Kabupaten Soppeng. *JIMPK : Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, *5*(3), 20–25. https://doi.org/10.35892/jimpk.v5i3.1943

Swamilaksita, P. D., Sari, I. P., & Ronitawati, P. (2021). Media Ular Tangga Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Keamanan Makanan Jajanan Anak Sekolah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat AbdiMas*, *7*(2). https://doi.org/10.47007/abd.v7i2.3963

Trista, N., Sofianita, N. I., & Fauziyah, A. (2024). Faktor yang Mempengaruhi Tekanan Darah pada Remaja SMA di Depok, Jawa Barat. *Amerta Nutrition*, *8*(3SP), 353–361. https://doi.org/10.20473/amnt.v8i3SP.2024.353-361

Halaman ini dikosongkan