Majalah Cendekia Mengabdi
Volume 4, Nomor 4, Halaman 330-335, November 2026
DOI: 10.63004/mcm.v4i4.1973
https://wpcpublisher.com/jurnal/index.php/majalahcendekiamengabdi

Peningkatan Kesadaran Kesehatan Kerja melalui Skrining Hipertensi pada Petani Kakao di Kulon Progo

Enhancing Occupational Health Awareness through Hypertension Screening among Cocoa Farmers in Kulon Progo

Nia Fararid Askar[1*], Diki Bima Prasetio[1], Grhasta Dian Perestroika[1]
[1]Departemen Layanan dan Informasi Kesehatan, Sekolah Vokasi, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia
*Korespondensi: niafararidaskar@ugm.ac.id

ABSTRAK

Petani kakao merupakan kelompok pekerja informal yang rentan terhadap risiko kesehatan kerja akibat paparan panas ekstrim, beban fisik berat, serta minimnya akses pemeriksaan kesehatan berkala. Kondisi ini berpotensi meningkatkan risiko gangguan akibat panas dan penyakit tidak menular, khususnya hipertensi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran kesehatan kerja petani kakao melalui pendekatan edukasi terintegrasi dan skrining hipertensi. Kegiatan dilaksanakan pada bulan September 2026 di desa Tompak, Kapanewon Girimulyo, Kabupaten Kulon Progo, dengan melibatkan 25 petani kakao. Tahapan kegiatan meliputi identifikasi kebutuhan, *pre-test*, skrining tekanan darah, edukasi interaktif, diskusi, dan *post-test*. Hasil skrining tekanan darah menunjukkan bahwa 7 peserta (28%) berada pada kategori normal, 2 peserta (8%) mengalami peningkatan tekanan darah, dan 16 peserta (64%) teridentifikasi mengalami hipertensi. Hasil skrining ini dimanfaatkan sebagai instrumen awal untuk memicu kesadaran peserta akan pentingnya perilaku hidup sehat dan pengendalian risiko kerja. Evaluasi menunjukkan peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 61,2 menjadi 84,6 dengan proporsi peserta berkategori pengetahuan baik meningkat signifikan dari 30,8% menjadi 88,5%. Integrasi skrining hipertensi dan edukasi kesehatan kerja terbukti efektif sebagai strategi promotif-preventif dalam membangun kesadaran dan kemandirian kesehatan kerja petani kakao di pedesaan.

Kata kunci: Edukasi Kesehatan; Hipertensi; Kesehatan Kerja; Petani Kakao; Skrining Tekanan Darah

ABSTRACT

Cocoa farmers are informal workers vulnerable to occupational health risks due to extreme heat exposure, heavy physical workloads, and limited access to routine health screenings. These conditions increase the risk of heat-related illnesses and non-communicable diseases, particularly hypertension. This community service activity aimed to enhance occupational health knowledge and awareness among cocoa farmers through an integrated educational approach and hypertension screening. The program was conducted in September 2026 in Tompak Village, Girimulyo District, Kulon Progo Regency, involving 25 cocoa farmers. The procedure encompassed needs identification, pre-test, blood pressure screening, interactive education, group discussions, and post-test. The blood pressure screening revealed that 7 participants (28%) had normal blood pressure, 2 (8%) had elevated levels, and 16 (64%) had high blood pressure. These screening results served as an immediate trigger to raise participants' awareness regarding healthy occupational behaviors and cardiovascular risk management. The evaluation demonstrated an increase in the mean knowledge score from 61.2 to 84.6, with the proportion of participants categorized as having good knowledge rising from 30.8% to 88.5%. Integrating blood pressure screening with occupational health education serves as an effective promotive-preventive strategy to foster health awareness and self-care among rural agricultural workers.

Keywords: *Blood Pressure Screening; Cocoa Farmers; Health Education; Hypertension; Occupational Health*

PENDAHULUAN

Sektor pertanian merupakan salah satu pilar utama perekonomian Indonesia, dengan sebagian tenaga kerjanya berada di sektor informal (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Petani kakao menghadapi beban kerja fisik yang berat dan

Vol. 4, No. 4, Hal. 330-335, November 2026
DOI: 10.63004/mcm.v4i4.1973

durasi kerja panjang di perkebunan terbuka, sehingga berisiko mengalami stres panas (*heat stress*) dan dehidrasi akibat paparan suhu tinggi serta kelembapan lingkungan (Oyekale, 2015; Lundgren et al., 2013). Kondisi tersebut dapat meningkatkan kelelahan dan beban fisiologis selama bekerja. Selain itu, hipertensi menjadi masalah kesehatan penting karena sering tidak menimbulkan gejala pada tahap awal, tetapi dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular dan gangguan ginjal apabila tidak terdeteksi dan terkendali (World Health Organization, 2021; Parker et al., 2024).

Risiko kesehatan tersebut dapat diperburuk oleh keterbatasan literasi kesehatan dan rendahnya pemanfaatan layanan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Gejala seperti pusing dan kelelahan kerap dianggap sebagai bagian normal dari aktivitas bertani, sementara pemahaman mengenai manajemen hidrasi, pengaturan pola kerja-istirahat (*work-rest cycle*), dan pengendalian faktor risiko hipertensi masih perlu diperkuat (Pal & Patel, 2021). Padahal, pengenalan tanda dehidrasi, penerapan istirahat yang memadai, serta pemeriksaan tekanan darah secara berkala merupakan langkah penting dalam mendukung pencegahan risiko kesehatan kerja.

Desa Tompak, Kapanewon Girimulyo, Kabupaten Kulon Progo, merupakan kawasan perkebunan kakao dengan kondisi topografi perbukitan. Berdasarkan pengamatan lapangan, petani di wilayah ini menghadapi tantangan berupa aktivitas fisik di lingkungan terbuka, keterbatasan penerapan keselamatan dan kesehatan kerja (K3), serta kendala waktu dan akses dalam memanfaatkan pelayanan kesehatan. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya pendekatan promotif dan preventif yang sesuai dengan kebutuhan serta karakteristik pekerjaan petani kakao.

Salah satu pendekatan yang dapat dilakukan adalah mengintegrasikan skrining tekanan darah dengan edukasi kesehatan kerja interaktif. Skrining dapat membantu peserta mengenali kondisi tekanan darahnya, sedangkan edukasi memberikan pemahaman mengenai risiko paparan panas, pencegahan dehidrasi melalui manajemen hidrasi, penerapan pola kerja-istirahat yang aman, serta pencegahan dan pengendalian hipertensi. Pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran petani terhadap risiko kesehatan sekaligus mendorong penerapan perilaku kerja yang lebih sehat dan aman.

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran petani kakao mengenai risiko kesehatan kerja akibat paparan panas dan aktivitas fisik, pencegahan dehidrasi melalui manajemen hidrasi, pengaturan pola kerja-istirahat (*work-rest cycle*), serta pencegahan dan pengendalian hipertensi melalui pemeriksaan tekanan darah secara berkala.

METODE

Lokasi dan Waktu

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Desa Tompak, Kapanewon Girimulyo, Kabupaten Kulon Progo, Daerah Istimewa Yogyakarta pada 9 Juli 2026. Lokasi dipilih karena terdapat aktivitas pertanian dan perkebunan kakao serta kelompok petani yang menjadi sasaran kegiatan.

Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan adalah petani kakao yang berdomisili dan melakukan aktivitas pertanian di Desa Tompak, Kapanewon Girimulyo, Kabupaten Kulon Progo. Jumlah

Vol. 4, No. 4, Hal. 330-335, November 2026
DOI: 10.63004/mcm.v4i4.1973

peserta sebanyak 26 orang. Karakteristik peserta meliputi usia, jenis kelamin, dan lama bekerja sebagai petani yang dikumpulkan secara deskriptif.

Tahapan Kegiatan

1. Identifikasi kebutuhan dilakukan melalui observasi dan wawancara singkat untuk mengidentifikasi pola kerja harian, durasi paparan sinar matahari, kebiasaan konsumsi air minum, durasi istirahat, serta keluhan kesehatan fisik (*heat-related symptoms*) yang sering dialami petani.
2. Pre-test dan skrining tekanan darah dilakukan sebelum edukasi. Tekanan darah diukur setelah peserta berada dalam kondisi istirahat. Hasil pengukuran digunakan sebagai skrining awal dan bukan sebagai diagnosis hipertensi.
3. Edukasi kesehatan kerja disampaikan secara interaktif melalui presentasi, leaflet, diskusi, dan tanya jawab. Materi mencakup bahaya paparan panas, pencegahan dehidrasi, manajemen hidrasi kerja, pentingnya *work-rest cycle*, serta pencegahan dan pengendalian hipertensi.
4. Demonstrasi cara membaca dan menginterpretasikan angka tekanan darah secara mandiri.
5. Post-test dan evaluasi dilakukan setelah edukasi. Perubahan pengetahuan dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan nilai rata-rata pre-test dan post-test. Uji statistik dapat digunakan apabila jumlah dan karakteristik data memenuhi persyaratan.

Media dan Instrumen

Media kegiatan meliputi slide presentasi, leaflet, alat pengukur tekanan darah, dan lembar evaluasi. Instrumen pengetahuan disusun berdasarkan materi dehidrasi dan hipertensi serta disesuaikan dengan tingkat pemahaman peserta.

Indikator Keberhasilan

Indikator keberhasilan meliputi terlaksananya edukasi, keterlibatan aktif peserta, peningkatan nilai pengetahuan, terlaksananya skrining tekanan darah, dan adanya peserta yang memperoleh rekomendasi pemeriksaan lanjutan apabila hasil skrining menunjukkan tekanan darah tinggi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Peserta



Gambar 1. Pemeriksaan Tekanan Darah



Gambar 2. Peserta Kegiatan

Vol. 4, No. 4, Hal. 330-335, November 2026
DOI: 10.63004/mcm.v4i4.1973

Kegiatan diikuti oleh 25 petani kakao (Gambar 2). Karakteristik peserta berdasarkan jenis kelamin, kelompok usia, dan lama bekerja sebagai petani (Tabel 1).

Tabel 1. Karakteristik Peserta Kegiatan

Karakteristik	Kategori	f (n=25)	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	19	76
	Perempuan	6	24
Usia	<40 tahun	4	16
	40–59 tahun	16	64
	≥60 tahun	5	20
Lama Bekerja	<10 tahun	7	28
	10–20 tahun	11	44
	>20 tahun	7	28

Hasil Skrining Tekanan Darah

Pemeriksaan tekanan darah dilakukan sebagai bagian dari skrining kesehatan sebelum edukasi (Gambar 1). Hasil skrining menunjukkan bahwa 7 peserta (28%) berada pada kategori normal, 2 peserta (8%) berada pada kategori meningkat, dan 16 peserta (64%) berada pada kategori tekanan darah tinggi saat pemeriksaan (Tabel 2). Hasil ini menunjukkan pentingnya pemeriksaan tekanan darah pada kelompok petani karena hipertensi dapat berlangsung tanpa keluhan yang khas.

Tabel 2. Hasil Skrining Tekanan Darah Peserta

Kategori hasil skrining	f	%
Normal (<130/<85 mmHg)	7	28
Meningkat (130–139 dan/atau 85–89 mmHg)	2	8
Tekanan darah tinggi (≥140 dan/atau ≥90 mmHg)	16	64
Total	25	100

Perubahan Pengetahuan setelah Edukasi

Perubahan pengetahuan peserta diukur menggunakan pre-test dan post-test (Tabel 3).

Tabel 3. Hasil Evaluasi Pengetahuan Peserta

Indikator	Pre-test	Post-test
Nilai rata-rata	61,2	84,6
Nilai minimum	35	60
Nilai maksimum	80	100
Kategori baik	30,8%	88,5%

Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan nilai rata-rata pengetahuan peserta dari 61,2 menjadi 84,6, atau meningkat sebesar 23,4 poin. Proporsi peserta dengan kategori pengetahuan baik juga meningkat dari 30,8% menjadi 88,5%. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi interaktif berpotensi meningkatkan pemahaman peserta mengenai risiko kesehatan kerja dan upaya pencegahannya. Penggunaan contoh yang dekat dengan pengalaman sehari-hari, seperti kebiasaan membawa air ke kebun, bekerja pada periode panas, mengenali rasa haus dan kelelahan, serta pemeriksaan tekanan darah, membantu mengaitkan informasi kesehatan dengan praktik kerja. Namun, nilai minimum post-test masih sebesar 60, peserta belum menjawab dengan benar pada aspek *work-rest cycle*. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan belum merata pada seluruh materi, khususnya pemahaman mengenai pengaturan waktu kerja dan istirahat untuk mengurangi paparan panas dan risiko kelelahan. Oleh karena itu, edukasi selanjutnya perlu

Vol. 4, No. 4, Hal. 330-335, November 2026
DOI: 10.63004/mcm.v4i4.1973

memperkuat materi tersebut melalui contoh penerapan yang sesuai dengan kondisi kerja petani, sekaligus menekankan pencegahan dehidrasi dan pentingnya pemeriksaan tekanan darah secara berkala untuk mendukung pengendalian hipertensi.

Pencegahan Hipertensi pada Petani

Edukasi hipertensi diarahkan pada prinsip kenali, ukur, dan kendalikan. Peserta diberikan pemahaman bahwa tekanan darah tinggi dapat terjadi tanpa keluhan yang khas sehingga pemeriksaan berkala tetap diperlukan. Perilaku yang ditekankan meliputi mengurangi konsumsi garam, mempertahankan berat badan sehat, melakukan aktivitas fisik sesuai kondisi tubuh, tidak merokok, mengelola stres, dan mengikuti anjuran tenaga kesehatan apabila telah didiagnosis hipertensi.

Dalam konteks petani, pencegahan hipertensi juga perlu mempertimbangkan paparan panas dan beban kerja fisik. Prihartono et al. (2022) menemukan hubungan antara paparan panas lingkungan pertanian dan hipertensi pada petani padi di Jawa Barat. Temuan tersebut memperkuat perlunya pendekatan kesehatan kerja yang memasukkan faktor lingkungan kerja di samping faktor gaya hidup.

Respons Peserta dan Keberlanjutan Program

Peserta menunjukkan respons aktif selama kegiatan, ditandai dengan keterlibatan dalam diskusi dan tanya jawab. Materi yang paling banyak didiskusikan adalah kebiasaan minum selama bekerja, tanda-tanda dehidrasi, pengaturan waktu istirahat, serta hasil pemeriksaan tekanan darah. Kegiatan ini menunjukkan bahwa skrining sederhana dapat menjadi pintu masuk untuk memperkuat kesadaran kesehatan pada kelompok petani. Keberlanjutan program dapat diarahkan pada kegiatan Petani Kakao Sehat yang mengintegrasikan pemeriksaan tekanan darah berkala, edukasi hidrasi, pemantauan perilaku kerja, serta rujukan peserta berisiko ke puskesmas.

SIMPULAN

Kegiatan edukasi kesehatan kerja pertanian mengenai pencegahan dehidrasi dan hipertensi pada petani kakao di Desa Tompak, Kapanewon Girimulyo, Kabupaten Kulon Progo merupakan intervensi promotif dan preventif yang relevan dengan karakteristik pekerjaan petani. Integrasi edukasi, skrining tekanan darah, demonstrasi, dan evaluasi pengetahuan dapat meningkatkan pemahaman peserta mengenai risiko dehidrasi dan hipertensi serta pentingnya perilaku kerja sehat. Berdasarkan hasil evaluasi, rata-rata pengetahuan meningkat dari 61,2 menjadi 84,6 dan proporsi kategori pengetahuan baik meningkat dari 30,8% menjadi 88,5%. Skrining juga mengidentifikasi 16 peserta (64%) dengan tekanan darah tinggi pada saat pemeriksaan sehingga memerlukan pemeriksaan ulang dan tindak lanjut di fasilitas pelayanan kesehatan. Program selanjutnya disarankan mencakup pemantauan tekanan darah secara berkala, penguatan kebiasaan hidrasi, akses air minum selama bekerja, pengaturan waktu kerja dan istirahat, serta kolaborasi kelompok tani dengan kader kesehatan dan puskesmas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Pemerintah Desa Tompak, Kapanewon Girimulyo, Kabupaten Kulon Progo, kelompok tani kakao, dan seluruh petani yang berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Terima kasih juga

Vol. 4, No. 4, Hal. 330-335, November 2026
DOI: 10.63004/mcm.v4i4.1973

disampaikan kepada Departemen Layanan dan Informasi Kesehatan, Sekolah Vokasi UGM atas dukungan terhadap pelaksanaan kegiatan.

REFERENSI

CDC. (2020). Heat Stress: Hydration and Work-Rest Cycles for Outdoor Workers. National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH).

International Labour Organization. (2024). Heat at work: Implications for safety and health: A global review of the science, policy and practice. Geneva: International Labour Organization.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Lundgren, K., Kuklane, K., Gao, C., & Holmér, I. (2013). Effects of heat stress on working populations when facing climate change. Industrial Health, 51(1), 3–15.

Oyekale, A. S. (2015). Climate change induced occupational stress and reported morbidity among cocoa farmers in South-Western Nigeria. Annals of Agricultural and Environmental Medicine, 22(2), 273–278.

Pal, G., & Patel, T. (2021). Heat stress's impact on agricultural worker's health, productivity, and its effective prevention measures: A review and meta-analysis. International Journal of Agricultural Sciences, 13(1), 58–68.

Parker, R. P., et al. (2024). The impacts of climate change on occupational health and safety in agriculture: Heat exposure and cardiovascular stress. Journal of Occupational Health, 66(1), 11–23.

Sinta, S. N. (2020). Faktor risiko kejadian hipertensi pada pekerja sektor pertanian informal. Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan, 2(1), 15–22.

World Health Organization. (2021). Guideline for the pharmacological treatment of hypertension in adults. World Health Organization.

This is an open access article under the CC BY-NC 4.0 license.