

# LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT

## JUDUL KEGIATAN

**Deteksi Dini dan Promosi Kesehatan Remaja untuk Cegah  
Hipertensi di Asrama PUTM Yogyakarta**



**Disusun Oleh:**

**NAMA: Indriani, SKM., M.Sc.**

**NIP/NIDN: 7309191110138 / 0519097302**

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIAH YOGYAKARTA  
2025**

## HALAMAN PENGESAHAN

**Judul Pengabdian** : Deteksi Dini dan Promosi Kesehatan Remaja untuk Cegah Hipertensi di Asrama PUTM Yogyakarta

**Mitra Program** :Asrama PUTM (Pendidikan Ulama Tarjih Muhammadiyah, Sleman Yogyakarta

1. Ketua Pelaksana
  - a. Nama Lengkap : Indriani, SKM., MSc
  - b. NIP/NIK/ NIDN : 05190973021110132/ 0519097302
  - c. Pangkat/Golongan : III D
  - d. Jabatan Fungsional : Lektor
  - e. Bidang Keahlian : Promosi Kesehatan Masyarakat
  - f. Alamat Institusi : Jl. Siliwangi No.63, Area Sawah, Nogotirto, Kec. Gamping, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, 55592
2. Lokasi Mitra : Brontokusuman, Mergangsan, Yogyakarta
3. Jarak ke Lokasi : Lebih Kurang 20Km
4. Luaran yang dihasilkan : Laporan Kegiatan
5. Total Biaya : Rp. 300.000,-
6. Jangka Waktu : 24 Oktober 2025

Mengetahui,

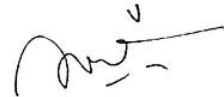
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



(Dr. Dewi Rokhanawati, S.Sit., M.PH)  
NIDN/ NIP : 7703100410038

Yogyakarta, 26 Oktober 2025

Ketua Pengabdian Masyarakat



(Indriani, SKM., MSc)  
NIP: 051702871004100

Ketua LPPM  
Unisa Yogyakarta



Dinar Mindaqat Kordhani, S.P., M.Biotech., PhD.  
NIP. 861014150428

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT yang mana atas rahmat dan hidayahNya jua laporan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini dapat diselesaikan. Untuk itu kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta yang telah memberikan dukungan baik berupa kesempatan maupun dana agar PkM ini dapat terlaksana dengan baik.
2. Ketua LPPM yang telah memfasilitasi kegiatan PkM ini.
3. Tim LPPM yang banyak memberikan dukungan dan bantuan agar PkM dapat terlaksana dengan baik.
4. Asrama Putri PUTM yang telah memberikan kesempatan untuk dapat melaksanakan PkM
5. Semua pihak yang ikut mendukung dan membantu pelaksanaan PkM ini yang tidak bisa kami sebutkan satu per satu.

Kami menyadari masih banyak terdapat kekurangan dalam melaksanakan PkM ini, untuk itu kami mohon maaf dan saran untuk kami akan diterima dengan senang hati.

Penyusun

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL.....</b>	
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>2</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>3</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>4</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>5</b>
<b>A. Latar Belakang.....</b>	<b>6</b>
<b>B. Tujuan Pengabdian.....</b>	<b>7</b>
<b>C. Sasaran Pengabdian.....</b>	<b>8</b>
<b>D. Waktu dan Tempat.....</b>	<b>9</b>
<b>E. Bentuk Kegiatan.....</b>	<b>10</b>
<b>F. Kendala dan Cara Mengatasi.....</b>	<b>11</b>
<b>G. Kesimpulan.....</b>	<b>11</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Surat Tugas
- Lampiran 2 Ucapan terima kasih (jika ada)
- Lampiran 3 Daftar Hadir Kegiatan
- Lampiran 4 Dokumentasi Foto

## **A. LATAR BELAKANG**

Hipertensi merupakan faktor risiko utama penyakit kardiovaskular dan masalah kesehatan serius secara global, termasuk Indonesia. Prevalensi hipertensi pada remaja putri usia 15–17 tahun di Indonesia cukup tinggi, yaitu sekitar 8,3%-8,4% akibat pola hidup tidak sehat seperti kurang aktivitas fisik, konsumsi garam dan gula yang berlebihan, stres, serta obesitas (Kementerian Kesehatan RI, 2022; Riskesdas, 2018).

Hipertensi esensial pada remaja dapat merupakan lanjutan dari masa kanak-kanak dan berlanjut ke masa dewasa dan memiliki risiko morbiditas dan mortalitas yang lebih tinggi. Dikategorikan mengidap hipertensi jika tekanan darah secara konsisten **140/90 mmHg atau lebih tinggi** yang dilakukan beberapa kali pengukuran pada saat istirahat. Kondisi ini sering tidak disadari karena gejala awal yang minimal, sehingga disebut “silent killer” yang dapat berujung pada komplikasi penyakit seperti penyakit jantung, stroke dikemudian hari, gagal ginjal jika tidak dicegah. Khususnya untuk remaja putri beresiko terjadinya hipertensi dan diabetes selama kehamilan yang berbahaya untuk kesehatan anak dan ibu

Hipertensi yang tidak terdeteksi sejak dini dapat menyebabkan komplikasi serius di masa depan sehingga diperlukan edukasi dan skrining sejak usia muda untuk pencegahan primer (Purwaningsih, 2021; Widyaningtyas et al., 2023).

## **B. TUJUAN PENGABDIAN**

Meningkatkan literasi kesehatan remaja putri terkait pencegahan hipertensi melalui edukasi dan skrining tekanan darah serta faktor risiko hipertensi sehingga mereka dapat menerapkan pola hidup sehat.

## **C. SASARAN PENGABDIAN**

Remaja putri penghuni Asrama Putri Mahasiswa PUTM Yogyakarta dan Masyarakat sekitar PUTM.

## **D. WAKTU DAN TEMPAT**

Kegiatan edukasi dan skrining kesehatan dilaksanakan pada tanggal 24 Oktober 2025 pukul 08.00-12.00 wib, bertempat di PUTM, Yogyakarta

## **E. BENTUK KEGIATAN**

- a. Edukasi promosi kesehatan hipertensi oleh Indriani, SKM., MSc sebagai pemateri utama dengan materi “Cegah Hipertensi pada Remaja,
- b. Skrining kesehatan mencakup pengukuran tekanan darah, berat badan, dan indeks massa tubuh oleh tim kesehatan dari UNISA Yogyakarta: Veni Fatmawati, M.Fis dan 5 mahasiswa Fisioterapi
- c. Pendampingan dan diskusi interaktif tentang gaya hidup sehat serta pencegahan hipertensi oleh Feni Vatmawati dan Indriani

## **F. KENDALA DAN CARA MENGATASI**

- a. Kendala: Beberapa peserta awalnya kurang memahami pentingnya skrining karena minim pengalaman sebelumnya.
- b. Cara Mengatasi: Pendekatan edukasi yang komunikatif dan interaktif, serta keterlibatan langsung mahasiswa sebagai pendamping untuk memberikan penjelasan praktis sehingga peserta lebih aktif dan antusias

## **G. KESIMPULAN**

Kegiatan promosi kesehatan dan skrining hipertensi ini berhasil meningkatkan kesadaran dan pengetahuan remaja tentang risiko hipertensi sejak dini dan pentingnya pencegahan melalui pola hidup sehat. Skrining memberikan gambaran status kesehatan peserta secara langsung, membangun motivasi perubahan perilaku positif. Program ini direkomendasikan untuk dilaksanakan secara rutin dan berkelanjutan sebagai bagian dari pengembangan Majelis Pemberdayaan Perempuan Muhammadiyah bekerjasama dengan UNISA Yogyakarta dan PMI Sleman.

## **Referensi**

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Jakarta: Kemenkes RI.
- Purwaningsih, E.R. (2021). Peningkatan Pengetahuan Mengenai Hipertensi Pada Remaja Melalui Promosi Kesehatan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Widyaningtyas, F. et al. (2023). Edukasi Kesehatan dan Skrining Tekanan Darah untuk Pencegahan Hipertensi pada Remaja. *Jurnal Promosi Kesehatan*.
- WHO. (2021). Hypertension Fact Sheet. Geneva: WHO.

# LAMPIRAN-LAMPIRAN

## 1. Surat Tugas



**unisa** Universitas Aisyiyah  
Yogyakarta



LEMBAGA PENELITIAN DAN  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

**SURAT TUGAS**  
**Nomor: 24/LPPM/UNISA/X/2025**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Luluk Rosida, S.ST., M.KM  
Jabatan : Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat  
(LPPM)

Berdasarkan surat Ketua Ikatan Mahasiswa Tarjih Muhammadiyah Putri nomor A.1-1/063/IMTM/IX/2025 tanggal 26 September 2025 tentang permohonan kerjasama, dengan ini memberikan tugas kepada:

Dosen prodi S1 Fisioterapi:

1. Veni Fatmawati, Ftr., M. Fis
2. Indriani, SKM., M. SC

Mahasiswa prodi S1 Fisioterapi:

1. Dina Nazwatunnisa (NIM: 2210301068)
2. Alfi Rahma Hidayati (NIM: 2210301037)
3. Annisa Rahmadania Kusmawar (NIM: 2210301061)
4. Ajeda Aulia (NIM: 2210301089)
5. Aisyah (NIM:2210301075)

untuk melaksanakan tugas pengabdian masyarakat pemeriksaan kesehatan dalam kegiatan Donor Darah & Cek Kesehatan Gratis di Asrama PUTM Putri Lowanu pada hari Jumat tanggal 24 Oktober 2025 pukul 08.00 WIB - selesai.

Jumadil Awal 1447 H  
23 Oktober 2025 M  
Ketua LPPM,  
  
Dinar Mindrati Fardhani, S.P., M.Biotech., PhD.  
NIP. 861014150428

Kepmenristek & Dikti No : 109/KPT/I/2016 Tanggal 10 Maret 2016  
Kampus I : Jl. Munir No. 267, Serangan, Ngampilan, Yogyakarta • Telp. : (0274) 374427  
Kampus Terpadu : Jl. Siliwangi/ Lingkar Barat No. 63 Mlangi, Nogotirto, Gamping, Sleman, Yogyakarta 55292  
Telp. : (0274) 4469199 • Fax. : (0274) 4469204 • Email : info@unisayogya.ac.id • www.unisayogya.ac.id

## 2. Dokumentasi



### **3. Rilis Berita**

**<https://unisayogyanews.blogspot.com/2025/10/silent-killer-intai-remaja-putri-tim.html>**

**<https://lldikti5.kemdikbud.go.id/home/detailpost/silent-killer-intai-remaja-putri-tim-unisa-yogyakarta-blusukan-ke-asrama-sleman>**

**[https://kumparan.com/humas-1656919124354768040/268FHB46mNE?utm\\_source=Desktop&utm\\_medium=copy-to-clipboard&shareID=CDXdOS3JKCK2](https://kumparan.com/humas-1656919124354768040/268FHB46mNE?utm_source=Desktop&utm_medium=copy-to-clipboard&shareID=CDXdOS3JKCK2)**

**<https://retizen.republika.co.id/posts/714184/silent-killer-intai-remaja-putri-tim-unisa-yogyakarta-blusukan-ke-asrama-sleman>**

**[https://medium.com/@humas\\_10565/silent-killer-intai-remaja-putri-tim-unisa-yogyakarta-blusukan-ke-asrama-sleman-22287bd869f5](https://medium.com/@humas_10565/silent-killer-intai-remaja-putri-tim-unisa-yogyakarta-blusukan-ke-asrama-sleman-22287bd869f5)**

**<https://www.kompasiana.com/humasunisayk/690039d4ed64155436418bb3/silent-killer-intai-remaja-putri-tim-unisa-yogyakarta-blusukan-ke-asrama>**

**<https://www.unisayogya.ac.id/silent-killer-intai-remaja-putri/>**

#### 4. Absensi Kehadiran



### DAFTAR HADIR PENGABDIAN LEMBAGA PENGABDIAN DAN PENELITIAN MASYARAKAT UNIVERSITAS AISYIYAH YOGYAKARTA

Hari/Tanggal : jumat, 24 oktober 2025  
 Pukul : 09.00  
 Tempat : Asrama PTM  
 Acara :

No	Nama	Alamat	TTD
1	Aizzahwa Fahmadhani	PK. Pembalang Kulon, RT/RW Doylat, Rejosobo, Doro, Pekalongan, JawaTeng	<i>[Signature]</i>
2	Wiqayah Panadhani W.	Manuju, Pulaneri Barat	<i>[Signature]</i>
3	Izzatul Haningyah Putri	Duri, Raw.	<i>[Signature]</i>
4	Apri Pakhmanin	Pekalongan, Jawa Tengah	<i>[Signature]</i>
5	Putri Syifaun Nurani	Wonosobo, Jawa Tengah	<i>[Signature]</i>
6	Muzdalifah Syarifah	Bekas kampar, Riau	<i>[Signature]</i>
7	Adia Anisah	Lampung	<i>[Signature]</i>
8	Bakhrifah Sufiaben	Lowanu RW 2D	<i>[Signature]</i>
9	Astra Rietz	Klaten, Jawa Tengah	<i>[Signature]</i>
10	Cheryna Lakisiba	Jember, Jawa Timur	<i>[Signature]</i>
11	Talitha Nathania	Lampung	<i>[Signature]</i>
12	Annida Fatmah	Kudus, Jawa Tengah	<i>[Signature]</i>
13	Adilla Millati	Pekalongan, Jawa Tengah	<i>[Signature]</i>
14	Najwa Mublisah	Sumbawa NTB	
15	Rumaisah Fatayahus.	Kendal Jawa Tengah	<i>[Signature]</i>



DAFTAR HADIR PENGABDIAN  
LEMBAGA PENGABDIAN DAN PENELITIAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS AISYIYAH YOGYAKARTA

Hari/Tanggal : jumat, 24 oktober 2025  
Pukul : 09.00  
Tempat : Asrama PTM Putri  
Acara : Cek Kesehatan gratis

No	Nama	Alamat	TTD
1	Ahmasiti	Tondan	
2	Rirka	Jl. Pramuka, Pandeyan	
3	Fitra	Lowanu	
4	Tsana	Tundan	
5	Malik	Kragilan	
6	Haniif	Kragilan	
7	Firman	Kragilan	
8	Ummu Zakiyah	Kendal, Jarang	
9	Salma Aitah	Karanganyar	
10	Najmi Zahara	Banyuwangi	
11	Abdul Kurni	Gamping	
12	Fida	Lowanu	
13	Linda Aina	Lowanu	
14	Kanema Najya	Lowanu	
15	Zakia Salsabila	Lowanu	



DAFTAR HADIR PENGABDIAN  
LEMBAGA PENGABDIAN DAN PENELITIAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA

Hari/Tanggal : Jumat, 24 Oktober 2025  
Pukul : 09.00  
Tempat : Asrama Putri PUTM  
Acara : Cek Kesehatan

No	Nama	Alamat	TTD
1	Eko Yudianto	Kecurugan, Putm	
2	Susanto	Pereng Dawa Blet	
3	Shafa Syariftri	UAD	
4	Nida	UAD	
5	Erni	UAD	
6	Martya	UAD	
7	Nurfadlata Hasyim	PUTM	
8	Laeli Rahmania S.	putm	
9	Hilma Latifa R	Putm	
10	Safira Anahisa	PUTM	
11	Rekha Noor Azizah	PUTM	
12	Trisna Luthfiyah A.N	PUTM	
13	Hayyu Salsabila	UAD	
14	Sury Rahma	Putm	
15	Hanifah	PUTM	



**DAFTAR HADIR PENGABDIAN  
LEMBAGA PENGABDIAN DAN PENELITIAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA**

ri/Tanggal :  
cul :  
npat :  
ara :













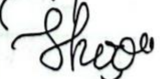
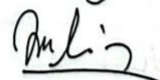



No	Nama	Alamat	TTD
1	Aulya Kurnia Hingsih	Klaten, Jawa Tengah.	And.
2	nida Fakiyya	Batang, Jawa Tengah	A
3	Cahaya Laksana Hs	Pati, Jawa Tengah	S
4	Adilla Millati	Pekalongan, Jawa Tengah	Adilla
5	Maymunah R.	Pekalongan, Jawa Tengah	Maymunah
6	Annida' Fatimah Az Z	Kudus, Jawa Tengah	Annida
7	Peva marifati insani	Manokwari, Papua Barat	Peva
8	Mazahatunisa	Bantul, Yogyakarta	Mazahatunisa
9	Alya Nurulda. Z	Tasikmalaya, Jawa Barat	Alya
10	Frisa Cadeca Arasmi	Ngawi, Jawa Timur	Frisa
11	Salsabilatul Jannah	Karanganyar, Jawa Tengah	Salsabilatul Jannah
12	Imvati H. Z	Batang	Imvati
13	Salma Sa'rubila	Dipok	Salma
14	Aisyah Nurul Arofa	Padang, Sumatera Barat	Aisyah
15	Hanifah Fhacnurrisa	Bekasi, Jawa Barat	Hanifah



**DAFTAR HADIR PENGABDIAN  
LEMBAGA PENGABDIAN DAN PENELITIAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA**

Hari/Tanggal :  
Pukul :  
Tempat :  
Acara :

No	Nama	Alamat	TTD
1	Annisa Nurul Khoiriyah	Brunopang, Krajan Sukoharjo	
2	Sakinatur . A	Gayo Lwes, Aceh	
3	Hanifah Takri	OKI, Palembang	
4	Hani Fathimah Alburu	Sragen, Jateng	
5	SUMARU	LOWANU MB III/1366 A	
6	Nazahabunnila T	Bantul, Yogyakarta	
7	Indy Atmon Hakimah	Kudus, Jawa Tengah	
8	Alia Khoiriyati Kamila	Kudus, Jawa Tengah	
9	Claudie Aulia Mahani	Nganjuk, Jawa Timur	
10	Hanna Nabila	Pekalongan, Jawa Tengah	
11	Zaimatul . B	Banjarmasin, Kalsel	
12	Aqila Hamida M	Sunungkidul, Yogyakarta	
13	Mumbar Ni'amih	Simon, Bantul	
14	Al Himni Dewi Humayati	Lamongan	
15	Zifora Mujahidah A.	Lamongan, Jatim	

NO	Nama	Alamat	TTD
1.	Zulva	Pecalongan	
2.	Reva	Papan barat	
3.	Salsa	Karanganyar	
4.	Safiro S	Yogyakarta	
5.	Aunya	Klaten	
6.	Frisa	Ngawi	
7.	Aliya	Tasikmalaya	
8.	Ashfa	Lampung.	
9.	Itna	Batang	
10.	Bucan	Lombok, NTB	
11.	Atria	Gorontalo	
12.	Aisya	Padang	
13.	Shofifah	Tangerang	
14.	Ayeda Aulia	Lampung	
15.	Annisa Rahmadania K	Bangka Belitung	
16.	Alfi Rahma H	Bengkulu	
17.	Dina Nazwatunnis.	Banjarmasin	

## PAKTA INTEGRITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

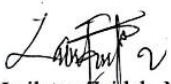
Nama : Indriani, SKM., MSc  
NIDN/NIP : 0519097302  
Fakultas : Promosi Kesehatan Masyarakat  
Prodi : Fisioterapi

Dalam rangka mempergunakan dan mempertanggungjawabkan penerimaan dana pengabdian masyarakat, dengan ini menyatakan bahwa saya :

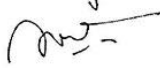
1. Sanggup dan bersedia mempertanggungjawabkan penggunaan dana pengabdian masyarakat yang diberikan oleh LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta tahun anggaran 2023 berdasarkan surat tugas nomer 24/LPPM/UNISA/X/2025. Tanggal 25 Oktober sebesar Rp. 300.000,- (*Tiga Ratus Ribu Rupiah*), yang digunakan untuk;
  - a. Biaya pelaksana pengabdian masyarakat : Rp 100.000,-
  - b. Transport pelaksana pengabdian masyarakat : Rp 100.000,-
  - c. Biaya transport mahasiswa (2 orang) : Rp 50.000,-
  - d. Biaya pembuatan laporan : Rp 50.000,-
2. Dalam mempergunakan dana pengabdian masyarakat ini, saya berjanji akan melaksanakannya secara bersih, secara optimal untuk memberikan hasil kerja terbaik dari penggunaan dana pengabdian masyarakat ini

Demikian pakta integritas ini kami buat dengan sadar, jujur, tanpa paksaan dari pihak manapun seraf bersedia dikenakan sanksi moral, dan administrasi.

Mengetahui,  
Ka Prodi Fisioterapi Fakultas  
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

  
(Dr. Lailatuz Zaidah, M.Fis)  
NIDN/NIP.

Sleman, 25 Oktober 2025  
Pelaksana Pengabdian Masyarakat,

  
(Indriani, SKM., MSc)  
NIDN/NIP: 0519097302

Mengesahkan,  
Ketua LPPM  
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta,

  
Dinar Mhdriani Pridhasti, S.P., M.Biotech., PhD.  
NIDN/NIP: 807014150428



