

JURNAL PROMOTIF PREVENTIF

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Pencegahan Hipertensi

The Influence of Health Education on the Level of Knowledge about Hypertension Prevention

Sukri, Yunita Palinggi, Petrus Taliabo, Lisma

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Fatima Parepare

Article Info

Article History

Received: 30 Des 2023

Revised: 25 Jan 2024

Accepted: 28 Jan 2024

ABSTRACT / ABSTRAK

Hypertension can be prevented by recognizing risk factors such as unhealthy eating patterns (lack of consumption of vegetables and fruit and excessive consumption of sugar, salt and fat), obesity, smoking, lack of food, physical activity, excessive alcohol consumption and stress. One effective nursing intervention to increase public knowledge and awareness is a health education program. The aim of this research is to determine the effectiveness of health education on the level of knowledge about preventing hypertension among MA Biharul Ulum Ma'Arif students. The design of this research is quasi-experimental research with a One Group Pretest-Posttest approach. The sample in this study were students of MA Biharul Ulum Ma'Arif. The sampling method in this research is total sampling. Data were analyzed using the Wilcoxon test. The research results showed that the average value of the pretest knowledge level was $50.13 < \text{posttest } 89.47$, meaning that descriptively there was a difference in the average pretest and posttest knowledge level of students regarding the prevention of hypertension. The statistical test results obtained a Sig value. $0.000 < \alpha = 0.05$, so it can be concluded that there is an influence of health education on the level of knowledge about preventing hypertension in MA Biharul Ulum Ma'Arif students.

Keywords: Hypertension, health education, level of knowledge

Hipertensi dapat dicegah dengan mengenali faktor resiko seperti pola makan tidak sehat (kurang konsumsi sayur dan buah serta konsumsi gula, garam dan lemak berlebih), obesitas, merokok kurang makan, aktivitas fisik, konsumsi alkohol berlebihan dan stres. Salah satu intervensi keperawatan yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat adalah dengan adanya program pendidikan kesehatan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan tentang pencegahan hipertensi pada Siswa/i MA Biharul Ulum Ma'Arif. Desain penelitian ini adalah penelitian *quasi eksperimen* dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest*. Sampel dalam penelitian ini adalah Siswa/i MA Biharul Ulum Ma'Arif. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Data di analisa menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil penelitian diperoleh nilai rata-rata tingkat pengetahuan pretest $50.13 < \text{posttest } 89.47$ artinya bahwa secara deskriptif ada perbedaan rata - rata pretest dan posttest tingkat pengetahuan siswa/i terhadap pencegahan hipertensi. Hasil uji statistik didapatkan nilai Sig. $0.000 < \alpha = 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan tentang pencegahan hipertensi pada siswa/i MA Biharul Ulum Ma'Arif.

Kata kunci: Hipertensi, pendidikan kesehatan, tingkat pengetahuan.

Corresponding Author:

Name : Sukri
Affiliate : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Fatima Parepare
Address : Jl. Ganggawa No. 22 Parepare
Email : sukrihakim95@gmail.com

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg (Kemenkes, 2021). Hipertensi salah satu penyakit kronis yang menjadi masalah kesehatan global saat ini karena merupakan penyakit dengan prevalensi tinggi dan terus mengalami peningkatan. Kematian dan kesakitan pasien yang disebabkan oleh penyakit ginjal, jantung dan stroke (kardiovaskular) salah satu faktor risikonya adalah hipertensi (Simanjuntak et al., 2021). Sebagian besar kasus hipertensi atau sebanyak 90-95% merupakan hipertensi primer yang belum diketahui penyebabnya. Hipertensi juga disebut sebagai *the silent killer*, yaitu penyakit yang mengakibatkan kematian tanpa terlihat adanya gejala (Hamidah, 2022).

Kelompok usia lanjut merupakan kelompok umum yang rentan terjangkit hipertensi. Namun, beberapa penelitian menyatakan terjadinya peningkatan prevalensi terkait kondisi hipertensi pada usia remaja dan dewasa muda (Siswanto et al., 2020). Berdasarkan hasil Riskesdas (2018), angka kejadian hipertensi sekitar 34,1% pada golongan usia 18 tahun yang mengalami hipertensi, hal ini mengalami peningkatan dari hasil Riskesdas di tahun 2013 yang hanya sejumlah 25,8% (Kemenkes, 2021). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa tekanan darah yang meningkat saat kanak-kanak meningkatkan risiko hipertensi di usia dewasa dan sindrom metabolik. Salah satu studi menemukan bahwa remaja dengan tekanan darah tinggi berkembang menjadi hipertensi sebanyak 7% per tahun. Selain itu pasien muda dengan hipertensi cenderung mengalami penuaan vaskular yang lebih cepat. Dari hasil studi otopsi dan pencitraan menunjukkan bahwa kerusakan kardiovaskular berkaitan dengan peningkatan tekanan darah di usia muda (Hamidah, 2022). Meskipun demikian, prevalensi menunjukkan bahwa mayoritas hipertensi lebih rendah pada anak-anak atau remaja (Maharani Dyan, 2020). Namun, penelitian memberikan petunjuk bahwa terjadi peningkatan prevalensi selama dua dekade pertama kehidupan sehingga peningkatan tekanan darah pada anak-anak atau remaja memiliki potensi awal hipertensi esensial di masa yang akan datang (Kumar et al., 2017).

Hipertensi dapat disebabkan oleh dua faktor utama, yaitu faktor risiko tidak dapat diubah seperti usia, jenis kelamin dan genetik dari keturunan serta faktor risiko yang dapat diubah melalui kesadaran akan individu itu sendiri seperti gaya hidup, pola kebiasaan, pekerjaan, aktivitas fisik dan kegiatan sosial (Jayanti et al., 2022).

Tingginya prevalensi angka kejadian dan kematian yang ditimbulkan hipertensi menjadikan pengontrolannya penting dilakukan. Informasi kesehatan yang diterima dari pemeriksaan faktor risiko hipertensi terkhusus pada usia remaja dan dewasa muda dapat menjadi landasan penentuan prioritas dalam pengambilan kebijakan dalam pencegahan serta pengendalian dari penyakit hipertensi itu sendiri. Pada masa anak-anak dan remaja umumnya tidak nampak tanda dan gejalanya sehingga sulit untuk mendeteksi pada periode tersebut (Widiyanto et al., 2020). Hipertensi dapat dicegah dengan cara mengendalikan perilaku berisikonya, diantaranya dengan menghindari merokok, diet yang tidak sehat (kurang konsumsi sayur dan buah serta konsumsi gula, garam dan lemak berlebih), mencegah terjadinya obesitas, kurang aktifitas fisik, konsumsi alcohol berlebihan dan stress (Widiyanto et al., 2020).

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk melakukan pencegahan hipertensi. Metode yang biasa digunakan dalam pendidikan kesehatan

antara lain film, pamflet, leaflet dan ceramah. Pendidikan kesehatan dapat menambah pengetahuan karena dalam pendidikan kesehatan terdapat pembelajaran yang merupakan proses komunikasi. Dalam suatu proses komunikasi selalu memperlihatkan tiga komponen pokok, yaitu komponen pengirim pesan (pemateri), komponen penerima pesan (siswa), dan komponen pesan itu sendiri seperti materi tentang hipertensi. Peningkatan pengetahuan seseorang juga dipengaruhi oleh beberapa faktor yang pertama adalah faktor internal misalnya segi minat anak-anak tersebut terhadap apa yang disampaikan peneliti karena minat sebagai suatu kecenderungan atau keinginan yang tinggi terhadap sesuatu. Minat menjadikan seseorang untuk mencoba dan menekuni suatu hal dan pada akhirnya diperoleh pengetahuan yang lebih mendalam.

Penelitian yang dilakukan oleh Yulianis et al (2020) Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu cara yang efektif terkait informasi kesehatan karena terdapat perbedaan penambahan informasi kesehatan sebelum dan sesudah penyuluhan kesehatan sehingga dapat menguatkan pemahaman masyarakat. Berdasarkan penelitian Andriyani et al (2021) kegiatan promosi kesehatan ini mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan hasil uji Wilcoxon menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan tentang hipertensi sebelum dan sesudah penyuluhan ($p = 0,001$). Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan tentang pencegahan hipertensi pada Siswa/i MA Biharul Ulum Ma`Arif.

BAHAN DAN METODE

Desain penelitian ini adalah penelitian *quasi eksperimen* dengan pendekatan *One Group Pretest-Posttest* yaitu dengan cara memberikan *pretest* (pengamatan awal) terlebih dahulu sebelum diberikan intervensi. Setelah diberikan intervensi, kemudian dilakukan *posttest* (pengamatan akhir). Sampel dalam penelitian ini adalah Siswa/i MA Biharul Ulum Ma`Arif. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan *Total sampling*. Dalam penelitian ini, metode pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner. Data-data yang sudah diolah akan dianalisa untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Untuk mengetahui kemaknaannya dilakukan analisis bivariat dengan menggunakan uji *Wilcoxon* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$).

HASIL

Tabel 1. *Paired Samples Statistics*

		<i>Mean</i>	<i>n</i>
Pair 1	Tingkat Pengetahuan <i>Pre-Test</i>	50.13	38
	Tingkat Pengetahuan <i>Post-Test</i>	89.47	38

Sumber: Data primer (diolah), 2023

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 38 siswa/i diperoleh nilai rata-rata atau *mean* tingkat pengetahuan *pretest* sebesar 50.13 dan nilai rata-rata atau *mean* tingkat pengetahuan *posttest* sebesar 89.47. Nilai rata-rata tingkat pengetahuan *pretest* 50.13 < *posttest* 89.47 artinya bahwa secara deskriptif ada perbedaan rata-rata *pretest* dan *posttest* tingkat pengetahuan siswa/i terhadap pencegahan hipertensi,

Tabel 2. Paired Samples Correlations

		n	Correlation	Sig.
Pair 1	Tingkat Pengetahuan <i>Pretest</i> & Tingkat Pengetahuan <i>Post Test</i>	38	-.017	.921

Sumber: Data primer (diolah), 2023

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 38 siswa/i diperoleh nilai *correlation* sebesar -0.017 menunjukkan bahwa hubungan antara dua variabel lemah dan berlawanan. Nilai Sig. 0.921 > $\alpha = 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara variabel *pretest* dan *post-test*.

Tabel 3. Paired Samples Test

Pair	Tingkat	Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
1	Pengetahuan Pre - Tingkat Pengetahuan Post	-39.342	15.604	2.531	-44.471	-34.213	-15.543	37	.000

Sumber: Data primer (diolah), 2023

Berdasarkan Tabel 3 didapatkan nilai mean 39.342 bernilai negatif, artinya terjadi kecenderungan peningkatan pengetahuan sesudah perlakuan. Rata-rata peningkatannya adalah 39.342. Hasil uji statistik didapatkan nilai Sig. 0.000 < $\alpha = 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan tentang pencegahan hipertensi pada siswa/i MA Biharul Ulum Ma`Arif.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan tentang pencegahan hipertensi pada siswa/i MA Biharul Ulum Ma`Arif dengan nilai Sig. 0.000 < $\alpha = 0.05$. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk melakukan pencegahan hipertensi. Metode yang biasa digunakan dalam pendidikan kesehatan antara lain film, pamflet, leaflet dan ceramah. Menurut Asniar et al., (2020) Pendidikan kesehatan merupakan bentuk Tindakan mandiri keperawatan untuk membantu siswa/i dalam mengatasi masalah kesehatannya melalui kegiatan pembelajaran yang di dalamnya perawat sebagai perawat pendidik sesuai dengan tugas seorang perawat.

Penelitian yang dilakukan oleh Yulianis et al (2020) Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu cara yang efektif terkait informasi kesehatan karena terdapat perbedaan penambahan informasi kesehatan sebelum dan sesudah penyuluhan kesehatan sehingga dapat menguatkan pemahaman masyarakat. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Andriyani et al (2021) tentang promosi kesehatan pada masyarakat kelurahan margomulyo usia produktif dengan media leaflet dan poster sebagai upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi didapatkan hasil terdapat perubahan nilai rata-rata dari pengetahuan yang sebelumnya pada

pretest menjadi 8,45 pada posttest. Demikianpula dengan hasil nilai rata-rata pretest tentang sikap yang semula 8,8 terjadi kenaikan menjadi 9,25 pada posttest. Kegiatan promosi kesehatan ini mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dan hasil uji Wilcoxon menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan tentang hipertensi sebelum dan sesudah penyuluhan ($p = 0,001$).

Penelitian lain oleh Priyanto et al., (2021) tentang pengaruh pendidikan kesehatan tentang hipertensi terhadap tingkat pengetahuan hipertensi menggunakan media poster dan audio visual pada pasien hipertensi. Hasil penelitian dari 14 responden setelah dilakukan perhitungan menggunakan uji wilcoxon didapatkan $p\text{-value } 0,001 \leq 0,05$ yang artinya ada perbedaan peningkatan pengetahuan pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah diberikan media poster, setelah pemberian terdapat 13 responden yang mengalami peningkatan pengetahuan hipertensi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan tentang pencegahan hipertensi pada siswa/i MA Biharul Ulum Ma`Arif. Diharapkan penelitian ini menjadi sumber referensi dalam penelitian selanjutnya dengan subjek yang lebih luas atau dengan teknik pendidikan kesehatan yang lain namun berkesinambungan dengan penelitian ini, sehingga bisa dikembangkan lebih luas serta menambah teori-teori baru.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, S., Adilah, A. F., Mawardah, R., Nursyifa, R. I., Pangestu, M. R., Uning, D., Ngisom, M., Werdani, K. E., & Nisariati, A. (2021). Promosi Kesehatan pada Masyarakat Kelurahan Margomulyo Usia Produktif dengan media leaflet dan poster sebagai Upaya Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 1(1), 236-248. <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/bitstream/handle/11617/12483/35.pdf?sequence=1>
- Asniar, Kamil, H., & Mayasari, P. (2020). *Pendidikan dan Promosi Kesehatan*. Syiah Kuala: Universitas Press. https://www.google.co.id/books/edition/Pendidikan_dan_Promosi_Kesehatan/itgNEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=pendidikan+kesehatan+2022+pdf&printsec=frontcover
- Hamidah, N. Y. (2022). *GambaranTingkat Pengetahuan Remaja tentang Hipertensi di Wilayah Puskesmas Sambu Boyolali*. http://eprints.ums.ac.id/103270/1/NASKAH_PUBLIKASI.pdf
- Jayanti, A., Mulyati, D., & Atika, S. (2022). *Penanganan Hipertensi Pada Remaja Akhir : Suatu Studi Kasus. 1*, 160-168. <https://jim.unsyiah.ac.id/FKep/article/view/19908>
- Kemenkes. (2021). Pedomanan Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hipertensi Dewasa. *Kementerian Kesehatan RI*, 1-85.
- Kumar, P., Kumar, D., Ranjan, A., Singh, C. M., Pandey, S., & Agarwal, N. (2017). Prevalence of hypertension and its risk factors among school going adolescents of Patna, India. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 11(1), SC01-SC04. <https://doi.org/10.7860/JCDR/2017/23886.9196>
- Maharani Dyan. (2020). Prevalensi Kejadian Hipertensi Pada Anak Sekolah di Kota Palopo. *Artikel*, 1-3.

- Priyanto, A., Abdillah, A., & Zaitun, T. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Hipertensi terhadap Tingkat Pengetahuan Hipertensi Menggunakan Media Poster dan Audio Visual pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 12(3), 105–116. <https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results>
- Riskesdas. (2018). Laporan Nasional: Riskesdas 2018. In *F1000Research* (Vol. 10, p. 126). Jakarta: Lembaga Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. <https://doi.org/10.12688/f1000research.46544.1>
- Simanjuntak, A. A., Adi, M. S., Hestningsih, R., & Saraswati, L. D. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Pencegahan Hipertensi Pada Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Universitas Diponegoro Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 9(4), 504–509. <https://doi.org/10.14710/jkm.v9i4.29680>
- Siswanto, Y., Widyawati, S. A., Wijaya, A. A., Salfana, B. D., & Karlina, K. (2020). Hipertensi pada Remaja di Kabupaten Semarang. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 1(1), 11–17. <https://doi.org/10.15294/jppkmi.v1i1.41433>
- Widiyanto, A., Atmojo, J. T., Fajriah, A. S., Putri, S. I., & Akbar, P. S. (2020). Pendidikan Kesehatan Pencegahan Hipertensi. *Jurnalempathy.Com*, 1(2), 172–181. <https://doi.org/10.37341/jurnalempathy.v1i2.27>
- Yulianis, Y., Fauziah, A. U., & Kusumawati, D. (2020). Informasi Kesehatan melalui Penyuluhan, Poster dan Leaflet di Dusun Talang Parit Desa Kemingking Dalam Kecamatan Taman Rajo Provinsi Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(2), 157. <https://doi.org/10.36565/jak.v2i2.118>