

Effectiveness of Elderly Education on Level of Knowledge about Hypertension Prevention

Gusti Barlia ^{1*}, Wiradianto Putro¹¹Nursing Department, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Pontianak, Pontianak 78241, Indonesia

Article Information	ABSTRACT
<p>Received: 29 May 2024 Revised: 04 July 2024 Available online: 31 July 2024</p> <p>Keywords Hypertension; Elderly; Prevention</p> <p>Correspondence Phone: (+62)85252088157 E-mail: gustibarlia@gmail.com</p> <p>Website https://journal.umtas.ac.id/index.php/healthcare/index</p> <p>Doi 10.35568/healthcare.v6i2.4793</p> <p>©The Author(s) 2024 This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License</p>	<p>Healthy elderly people are everyone's hope who do not experience illnesses such as hypertension. Discussion forums are activity carried out by the elderly at the posyandu so that the elderly can carry out prevention and early recognition of the symptoms of hypertension. The aim of the research was to determine the effectiveness of preventing hypertension by providing knowledge about hypertension. The method used quantitative with a Pretest-Posttest Control Group Design. Respondents were divided into two groups, namely the group receiving counseling and the control group. The research was conducted in 2023 at the North Singkawang Community Health Center. The results of the Wilcoxon Signed Ranks Test obtained a significance value of $0.000 < 0.05$ indicating that there was a significant difference in knowledge after being given education about hypertension prevention between the intervention group and the control group. The family plays a role in increasing efforts to prevent hypertension by exercising, eating healthy food and carrying out regular health checks. The elderly are expected to play an active role in hypertension control and prevention programs.</p>

PENDAHULUAN

Upaya pencegahan penyakit hipertensi perlu ditingkatkan dan lansia dapat menjadi prioritas yang efektif. Penderita hipertensi di

Indonesia terjadi peningkatan sehingga perlu dilakukan upaya dan program peningkatan kualitas Kesehatan masyarakat khususnya lansia (Azizah, 2011).

Pada abad ke-21 tantangan khusus bidang kesehatan dari terus meningkatnya jumlah Lansia yaitu timbulnya masalah degeneratif dan Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti diabetes, hipertensi, dan gangguan-gangguan kesehatan jiwa yaitu depresi, demensia, gangguan cemas, sulit tidur. Penyakit-penyakit tersebut, akan menimbulkan permasalahan jika tidak diatasi atau tidak dilakukan pencegahan, karena ini akan menjadi penyakit yang bersifat kronis dan multi patologis.

Proses penuaan merupakan proses alami dan merupakan proses kumulatif pada tiap makhluk hidup, penuaan yang terjadi sering dihubungkan dengan perubahan degenerative pada kulit, tulang, jantung, pembuluh darah atau lainnya. Dengan kemampuan dan terjadinya penurunan fungsi fisiologis, lansia lebih rentan terhadap berbagai penyakit dibandingkan dengan lainnya khususnya penyakit degeneratif Barker (Sue & Board, Michele, 2019).

Di Indonesia, apabila permasalahan Lansia ini tidak ada aksi atau kesadaran semua stakeholder bukan hanya bidang kesehatan tapi juga termasuk layanan sosial dan sebagainya, maka akan menimbulkan ancaman triple burden, yaitu jumlah kelahiran bayi yang masih tinggi, masih dominannya penduduk muda, dan jumlah Lansia yang terus meningkat.

Kementerian Kesehatan yang merupakan perpanjangan tangan Pemerintah Indonesia sedang giat melakukan upaya pencegahan penyakit tidak menular seperti Hipertensi dan Diabetes Mellitus. Kementerian Kesehatan giat melakukan promosi untuk meningkatkan derajat Kesehatan rakyat dengan program yang terstruktur dan dilakukan sampai ke institusi pelayanan Kesehatan di daerah. Sehingga angka kejadian komplikasi penyakit dapat ditekan ke angka terendah (Kusuma, 2015).

Program pencegahan penyakit tidak menular merupakan salah satu program unggulan dan sangat giat di galakkan dan sangat banyak kita jumpai informasi atau berita tentang hal ini, namun tampaknya

belum menjadi hal yang dapat meningkatkan kesadaran tentang pentingnya pencegahan penyakit tidak menular. Kecenderungan masyarakat menganggapnya sebagai hal yang sepele dan tidak penting, dan tidak mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga tanpa disadari mereka mengeluarkan biaya yang cukup banyak untuk biaya pengobatan akibat dari penyakit yang dideritanya (Efendi, Ferry & Makhfudli, 2009).

Jumlah lansia yang meningkat menimbulkan masalah terutama dari segi kesehatan dan kesejahteraan mereka. Masalah tersebut jika tidak ditangani akan berkembang menjadi masalah yang kompleks dari segi fisik, mental dan sosial yang berkaitan dengan kesehatan dan kesejahteraan mereka.

Penatalaksanaan pemberantasan penyakit Hipertensi penting untuk dilaksanakan, yaitu dengan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat dengan cara meningkatkan frekuensi dan kualitas edukasi yang diberikan kepada mereka sehingga dapat meningkatkan kesadaran dan dapat menunjukkan sikap yang nyata dalam melakukan pencegahan penyakit Hipertensi (Erwanto et al., 2017).

Setiap individu pasti mengharapkan usia panjang dengan kondisi sehat, sejahtera dan akhirnya meninggal dengan tenang dan damai. Konsep menua pada saat ini telah bergeser, fokus utamanya tidak lagi hanya pada pencapaian individu dalam kesuksesan finansial, status kesehatan atau partisipasi sosial. Setiap individu juga diharapkan dapat memer kaya kapasitas diri dalam berinteraksi dengan lingkungan dan mampu beradaptasi terhadap berbagai perubahan seiring tuntutan zaman. Maka perlu dilakukan penyesuaian pada komponen usia panjang tersebut, antara lain pembenahan kebiasaan dan gaya hidup dengan makanan sehat dan latihan fisik, intervensi farmakologis yang dapat memperpanjang usia, dan kemampuan adaptasi terhadap kemajuan zaman.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Efektifitas Edukasi Kepada Lansia Tentang

Hipertensi Terhadap Pencegahan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Singkawang Utara 1.

METODE

Rancangan penelitian ini adalah *Quasi Experimental Research*, dengan desain penelitian *Pre And Post Test With Control Group Design* (Priyoto, 2015).

Hipotesis

Adapun Hipotesis yang disusun pada penelitian ini adalah:

H1: Ada pengaruh Pengetahuan terhadap pencegahan Hipertensi pada Lansia.

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Singkawang Utara I dan penelitian ini dilakukan pada tahun 2023 selama 10 bulan dari bulan Februari hingga November.

Dengan kriteria inklusi

- Pengunjung Posyandu Lansia di wilayah kerja puskesmas Singkawang Utara I
- Bersedia untuk menjadi responden.
- Mengikuti Kegiatan sampai akhir

Tempat dan waktu

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Singkawang Utara I dan penelitian ini dilakukan selama 10 bulan dari bulan Februari sampai November 2023 sejak pembuatan proposal hingga pelaporan Instrumen pengumpulan data

Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data pada penelitian ini adalah (Priyoto, 2015).

- Kuisisioner : adalah suatu alat pengukuran pengetahuan dan sikap lansia tentang penyakit Hipertensi.
- Lembar materi adalah bahan yang digunakan dalam pemberian materi tentang Hipertensi yang disampaikan kepada kelompok intervensi.

Teknik pengumpulan data

Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan secara langsung oleh peneliti dalam tiga tahapan, yaitu :

Tahap persiapan

Penelitian dilakukan dengan persiapan dari proses perijinan, bahan penelitian dan perencanaan waktu dan tempat penelitian. Penelitian dilakukan secara tim dengan anggota tim terdiri dari kemampuan berdasarkan kompetensi dan kemahiran dibidang physical training untuk lansia

Tahap intervensi dan pengambilan data dilakukan dalam beberapa tahap pengumpulan data. Dengan total jumlah responden sebanyak 40 orang.

Analisa data

Analisa univariat dilakukan pada respon yang didapatkan melalui kuesioner yang diberikan kepada lansia tentang pencegahan hipertensi. Analisis bivariat pada studi ini adalah *uji t paired* untuk melihat adanya pengaruh pemberian intervensi. Proses analisa data kuantitatif diatas dibantu dengan computer dengan aplikasi *software SPSS* versi 26.0 (Priyoto, 2015)..

HASIL

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 10 September 2023 bertempat di Posyandu Palem di wilayah kerja Puskesmas Singkawang Utara dengan jumlah 40 responden.

Tabel Hasil Penilaian Pengetahuan Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol.

Descriptive Statistics

	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Pre test control	20	30.00	40.00	38.00	4.10391
Post test control	20	40.00	50.00	41.50	3.66348
Pre test Intervensi	20	30.00	40.00	36.50	4.89360
Post test Intervensi	20	55.00	75.00	66.25	5.82079

Hasil perolehan nilai pengetahuan pada kelompok sebelum diberikan edukasi tentang hipertensi nilai terendah minimal 30 dan nilai tertinggi 40, setelah diberikan edukasi hipertensi nilai terendah 55 dan nilai

tertinggi 75 serta Peningkatan nilai rata-rata 29,75.

Pada Kelompok Kontrol pada pre test nilai terendah 30 dan nilai tertinggi 40 dan nilai post test nilai terendah 40 nilai tertinggi 50 serta peningkatan nilai rata-rata 3,5.

Tabel Hasil Uji Normalitas Data

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest control	.487	20	.000	.495	20	.000
Posttest control	.509	20	.000	.433	20	.000
Pretest Intervensi	.413	20	.000	.608	20	.000
Posttest Intervensi	.290	20	.000	.861	20	.008

a. Lilliefors Significance Correction

Nilai Signifikasi pada tabel tersebut $< 0,05$

diasumsikan sebaran data menjadi Tidak

Normal sehingga untuk melakukan uji

selanjutnya dengan Wilcoxon.

Uji Beda Pengetahuan Responden tentang Hipertensi

	Posttest control - pretest control	Posttest intervensi - Pretest intervensi
Z	-2.646	-4.025
Asymp.Sig.(2-tailed)	.008	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Hasil Uji Wilcoxon Signed Ranks Test di dapat nilai signifikasi $0,000 < 0,05$ menunjukkan bahwa ada perbedaan signifikan tentang pengetahuan setelah diberikan edukasi tentang pencegahan hipertensi antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol

PEMBAHASAN

Penyakit hipertensi menjadi masalah yang cukup kompleks yang bisa terjadi di masyarakat, banyak faktor yang dapat menjadi penyebab terjadinya hipertensi di

mulai dari pola hidup, pola makan sehari-hari dan lain sebagainya. Salah satu faktor yang memperberat keadaan pasien adalah ketidaktahuan dan kurangnya terpapar tentang pencegahan penyakit hipertensi. Peningkatan pengetahuan tentang penyakit dapat mengurangi angka penderita baru penyakit hipertensi. Program meningkatkan pengetahuan dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja, dengan sasaran keluarga dalam melakukan kontrol untuk mencegah terjadinya hipertensi, dan oleh keluarga juga dapat berperan dalam mengurangi risiko terjadinya komplikasi akibat hipertensi. Keluarga dapat melakukan kontrol dalam upaya pencegahan penyakit hipertensi sehingga harapan hidup dan peningkatan kualitas hidup tanpa hipertensi dalam keluarga dapat dilakukan.

Peningkatan pengetahuan pada lansia diperlukan dalam meningkatkan efektifitas pengendalian penyakit hipertensi. Pengenalan program pengendalian dan pencegahan hipertensi perlu dilakukan secara konsisten sehingga pasien atau masyarakat dapat merasakan betapa pentingnya kerjasama antara petugas Kesehatan dengan masyarakat.

Adanya Kerjasama antara petugas Kesehatan dengan masyarakat dapat meningkatkan motivasi pasien dalam melakukan upaya pencegahan penyakit hipertensi (Indarwati, 2020).

Kepatuhan dalam pengelolaan makanan, meningkatkan aktifitas tubuh serta aktif dalam melakukan kontrol Kesehatan perlu mendapatkan apresiasi dari pihak puskesmas atau pemerintah daerah. Seperti dengan memberikan penghargaan kepada masyarakat yang aktif melakukan pemeriksaan Kesehatan, atau penghargaan kepada petugas Kesehatan yang aktif memberikan edukasi tentang pengendalian dan pencegahan hipertensi (Fitryasari, Y.R., & Nihayati, 2015).

Peningkatan peran serta masyarakat atau para lansia tersebut sangat penting ditingkatkan melalui peningkatan pengetahuan sehingga lansia semakin sadar

tentang menjaga Kesehatan dan pengendalian terhadap risiko terjadinya penyakit hipertensi, sehingga pada akhirnya akan ditemukan kualitas hidup masyarakat semakin baik (Maryam et al., 2008; kemenkes, 2017).

KESIMPULAN DAN SARAN

Dalam penelitian ini menunjukkan adanya efektifitas dalam upaya pencegahan penyakit hipertensi yang dapat dilakukan oleh lansia. Upaya yang dapat dilakukan lansia sangat banyak dan beragam, seperti meningkatkan kontrol dalam konsumsi makanan yang sehat dan tidak berisiko pada pasien yang sudah mengalami hipertensi. Dan kegiatan lain juga dapat dilakukan lansia dalam pencegahan penyakit hipertensi seperti meningkatkan frekuensi aktifitas, dan mengubah pola hidup yang sehat.

Peningkatan program pencegahan dapat dilakukan secara terprogram dari institusi pelayanan Kesehatan ataupun dilakukan oleh lansia secara mandiri bersama dengan keluarga. Upaya peningkatan pengetahuan perlu dilakukan secara terencana dan melibatkan pihak-pihak terkait untuk membantu program Puskesmas, seperti perkumpulan lansia, keluarga atau bahkan pihak rukun tetangga sekitar para lansia tinggal. Sehingga angka kejadian penyakit hipertensi dapat dikendalikan dan angka kunjungan ke Puskesmas dapat di tekan dan terwujudnya masyarakat Indonesia yang sehat dan kuat. Sehingga pada akhirnya para lansia dapat menikmati hidup yang sehat dan produktif. Dalam pelaksanaan penelitian dengan tema serupa dapat ditingkatkan aspek yang diteliti, seperti kemampuan keluarga menyediakan makanan yang sehat untuk penderita hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

Azizah, L. M. (2011). Keperawatan Lanjut Usia. Yogyakarta: Graha Ilmu.
Barker Sue & Board, Michele. (2019). Penanganan Demensia dalam

Keperawatan. Yogyakarta: Rapha Publishing.

Dharma Kelana Kusuma. (2015). Metodologi Penelitian Keperawatan (13th ed.). CV. Trans Info Media.

Efendi, Ferry & Makhfudli. (2009) Keperawatan Kesehatan Komunitas : Teori dan Praktik dalam Keperawatan. Jakarta : Salemba Medika.

Erwanto, Rizki Dkk. (2017). Buku Ketrampilan Klinis Lansia dan Keperawatan Lansia (Gerontology and Family Nursing). Yogyakarta: Nuha Medika.

Fitryasari, Y.R., & Nihayati, H.E. (2015). Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa.. Jakarta: Salemba Medika

Indarwati R. (2020) Lindungi Lansia dari COVID-19. J Keperawatan Komunitas.

Kemenkes (2017) 'Sebagian Besar Penderita Hipertensi Tidak Menyadarinya'. Jakarta.

Maryam dkk. (2008). Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya. Jakarta : Salemba Medika

Priyoto,. (2015). Nursing Intervention Classification dalam Keperawatan Gerontik Jakarta: Salemba Medika