

Pengaruh Edukasi Kesehatan mengenai Penyakit Hipertensi pada Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula, Kabupaten Konawe Selatan

The Effect of Hypertension Health Education on Elderly in the Panti Sosial Tresna Werdha Minaula, Kabupaten Konawe Selatan

Rahayu, Dian Yuniar Syanti; Usman, Reni Devianti; Nirwana, Nirwana; Firnawati, Firnawati

Dian Yuniar Syanti Rahayu

dian.yuniar.sr@gmail.com

Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Kendari, Indonesia

Reni Devianti Usman

Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Kendari, Indonesia

Nirwana Nirwana

Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIK Avicenna, Indonesia

Firnawati Firnawati

Program Studi Ilmu Keperawatan, STIK Avicenna, Indonesia

Health Information: Jurnal Penelitian

Poltekkes Kemenkes Kendari, Indonesia

ISSN: 2085-0840

ISSN-e: 2622-5905

Periodicity: Bianual

vol. 10, no. 2, 2018

jurnaldanhakcipta@poltekkes-kdi.ac.id

Published: 30 December 2018

URL: <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/504/5042389006/index.html>

DOI: <https://doi.org/10.36990/hiip.v10i2.111>

Corresponding author: dian.yuniar.sr@gmail.com

Authors retain copyright and grant the journal right of first publication with the work simultaneously licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License that allows others to share the work with an acknowledgment of the works authorship and initial publication in this journal and able to enter into separate, additional contractual arrangements for the non-exclusive distribution of the journals published version of the work (e.g., post it to an institutional repository or publish it in a book).



Ringkasan: Hipertensi menjadi permasalahan kesehatan pada kelompok lanjut usia. Sebagai hasil dari pembangunan yang pesat dan taraf hidup yang sejahtera serta pelayanan kesehatan dapat meningkatkan umur harapan hidup, sehingga jumlah lanjut usia bertambah setiap tahunnya. Peningkatan usia tersebut sering diikuti dengan meningkatnya penyakit degeneratif dan masalah kesehatan lain pada kelompok ini. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan tentang penyakit hipertensi terhadap pengetahuan lanjut usia. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu dengan rancangan *pre-post test one group design*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh Lansia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula, Kabupaten Konawe Selatan. Sebanyak 57 Lansia yang menderita hipertensi dipilih sebagai responden. Ada perbedaan karakteristik pengetahuan Lansia sebelum dan setelah diberikan edukasi kesehatan. Di sarankan kepada pengelola panti melanjutkan edukasi kesehatan secara terstruktur sehingga Lansia yang menderita hipertensi dapat baik pemahamannya tentang penyakit hipertensi.

Kata kunci: Edukasi kesehatan, Lanjut usia, Hipertensi.

Abstract: Hypertension is a health problem in the elderly group. As a result of rapid development and a prosperous living standards, better life expectancy, so that the numbers of elderly increasing every year. This followed with the risks of degenerative diseases and other health problems on this group. This was a quasi-experimental research with applicating hypertension health education to determine the effect to the knowledge of the elderly that living in the Panti Sosial Tresna Werdha Minaula, Kabupaten Konawe Selatan. The population of this study were all of the elderly who live in the panti, and as totally 57 elderly suffering from hypertension taken as partisipants use total sampling methode. The results showed that the differences of knowledge charateristics before and after hypertension health education regarding on knowledge of the elderly. The nurses have to continue the health education for the elderly to be better understanding about hypertension.

PENDAHULUAN

Tekanan darah tinggi atau hipertensi seringkali disebut sebagai *silent killer* (pembunuh diam-diam), karena termasuk penyakit yang paling mematikan dengan 70% penderita hipertensi tidak mengetahui dan merasakan gejala-gejalanya lebih dahulu sebagai peringatan. Hal ini dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh tim medis dan ahli-ahli kesehatan, dengan hasil satu dari lima orang yang ditengarai mengidap penyakit hipertensi, maka sepertiga dari mereka tidak menyadari.

Berdasarkan WHO, standar tekanan darah dianggap normal bila kurang dari 135/85 mmHg, sedangkan dikatakan hipertensi bila lebih dari 140/90 mmHg, dan diantara nilai tersebut dikatakan normal tinggi. Namun bagi orang Indonesia, banyak dokter yang berpendapat bahwa tekanan darah yang ideal adalah sekitar 110–120/80–90 mmHg. Hipertensi pada lanjut usia sebagian besar merupakan *isolated systolic hypertension* (IST), meningkatnya tekanan sistolik menyebabkan besarnya kemungkinan untuk timbulnya kejadian stroke dan infark myocard bahkan walaupun tekanan diastoliknyanya dalam batas normal (Pratama, n.d.). Sebagai hasil pembangunan yang pesat dan taraf hidup yang sejahtera serta pelayanan kesehatan meningkat dapat pula meningkatkan umur harapan hidup yakni tahun 2016 menjadi 71 tahun umur harapan hidup, sehingga jumlah lanjut usia bertambah setiap tahunnya. Peningkatan usia tersebut sering diikuti dengan meningkatnya penyakit degeneratif dan masalah kesehatan lain pada kelompok ini.

Hipertensi menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius, karena jika tidak terkendali akan berkembang dan menimbulkan komplikasi yang berbahaya. Akibatnya bisa fatal karena sering timbul komplikasi, misalnya diabetes mellitus, stroke (perdarahan otak), penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal.

Kondisi yang berkaitan dengan usia ini adalah produk samping dari arteriosklerosis pada arteri-arteri utama, terutama aorta, dan akibat dari berkurangnya kelenturan. Dengan mengerasnya arteri-arteri ini dan menjadi semakin kaku, arteri dan aorta kehilangan daya penyesuaian. Dinding yang tidak elastis, tidak dapat lagi mengubah darah yang keluar dari jantung menjadi aliran yang lancar. Hasilnya adalah gelombang denyut yang tidak terputus dengan puncak yang tinggi (sistolik) dan lembah yang dalam (diastolik). Prevalensi IST adalah sekitar berturut-turut 7%, 11%, 18% dan 25% pada kelompok umur 60-69, 70-79, 80-89, dan diatas 90 tahun. IST lebih sering ditemukan pada perempuan dari pada laki-laki (Pratama, n.d.).

Hipertensi tetapi prevalensi hipertensi belum juga turun, hal ini dikarenakan hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya adalah pengetahuan (Asli, 2011). Pengetahuan adalah hasil mengingat suatu hal, dimaksudkan mengingat kembali kejadian yang pernah dialami baik secara sengaja maupun tidak sengaja dan ini terjadi setelah orang melakukan kontak atau pengamatan terhadap objek tertentu (Mubarak, 2006).

Pengetahuan seseorang dapat menentukan perilaku hidup sehat untuk menghindari terjadinya penyakit tertentu diantaranya penyakit hipertensi, akibat kurangnya pengetahuan seseorang tentang penyakit hipertensi diduga dapat mengakibatkan terjadinya penyakit hipertensi. Semakin meningkatnya jumlah penderita hipertensi pada lanjut usia akibat kurangnya pengetahuan lansia serta daya ingat yang menurun akibat usia sehingga dapat berdampak munculnya berbagai penyakit berupa hipertensi pada lanjut usia di PSTW Minaula sehingga perlu dilakukan penanganan secara khusus untuk mengurangi jumlah penderita hipertensi.

Lanjut usia yang didiagnosa oleh dokter yang menderita hipertensi disarankan perlunya dilakukan edukasi kesehatan untuk dapat memberikan informasi sebagai penyegaran kembali berupa pengetahuan akibat menurunnya daya ingat Lansia. Untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan tentang penyakit hipertensi terhadap pengetahuan lanjut usia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kabupaten Konawe Selatan.

METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan pendekatan eksperimen semu melalui rancangan *pre-post test one group design* adalah kelompok subyek (Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula) diobservasi sebelum dilakukan intervensi yang berupa edukasi kesehatan, kemudian diobservasi kembali setelah dilakukan intervensi.

Lokasi, Waktu, Populasi, dan Subyek

Penelitian ini dilaksanakan di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kabupaten Konawe Selatan. Populasi penelitian ini adalah keseluruhan yang menjadi subyek penelitian (Nursalam, 2008) yaitu jumlah lanjut usia yang tercatat di buku registrasi Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kabupaten Konawe Selatan tahun 2016 (Januari–Juli) sebanyak 95 lanjut usia, dan jumlah penderita hipertensi sebanyak 57 lanjut usia yang terdiagnosa oleh dokter. Pemilihan subyek sebagai responden menggunakan metode *total sampling*.

Pengumpulan, Pengolahan, dan Analisis Data

Data tentang pengetahuan dikumpulkan menggunakan kuesioner yang berisi pertanyaan mengenai penyakit hipertensi pada lansia. Data ditampilkan dalam bentuk narasi, informasi tersusun sesuai dengan urutan partisipan sehingga mudah diamati. Dari tema umum yang didapatkan selanjutnya dianalisis berdasarkan teori dan konsep yang relevan dan diinterpretasikan. Analisis data menggunakan metode statistik t-test yang memiliki batas kemaknaan $\alpha = 0,05$ (95%) untuk melihat perbedaan antara prates dan pascates.

HASIL

Tabel 1

Karakteristik Lansia berdasarkan jenis kelamin, umur, dan pendidikan tertinggi

Karakteristik	Frekuensi (N=57)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	25	43.9
Perempuan	32	56.1
Usia (tahun)		
60-67	25	43.8
68-75	23	40.4
76-83	9	15.8
Riwayat pendidikan terakhir		
Tidak sekolah	19	33.2
Sekolah rakyat	16	28.1
Sekolah dasar/ sederajat	12	21.1
Sekolah menengah pertama/ sederajat	9	15.8
Sekolah menengah atas/ sederajat	1	1.8

Responden dengan jenis kelamin laki-laki berjumlah 25 Lansia (43.9%) dan perempuan berjumlah 32 Lansia (56.1%).

Kelompok umur terbanyak adalah kelompok umur 60–67 tahun berjumlah 25 Lansia (43.8%), dan kelompok umur ter sedikit adalah kelompok umur 76–83 tahun yaitu 9 orang (15.8%). Responden yang tidak sekolah berjumlah 19 Lansia (33.2%), sekolah rakyat berjumlah 16 Lansia (28.1%), sekolah dasar/ sederajat berjumlah 12 Lansia (21.1%), sekolah menengah pertama/ sederajat berjumlah 9 orang (15.8%), dan sekolah menengah atas/ sederajat berjumlah 1 orang (1.8%).

Tabel 2

Karakteristik pengetahuan responden pada prates dan pascates

Karakteristik Pengetahuan tentang Hipertensi	Frekuensi (N=57)	Persentase (%)
Prates		
Baik	9	15.8
Kurang	48	84.2
Pascates		
Baik	37	64.9
Kurang	20	35.1

Responden yang memiliki pengetahuan baik sebelum edukasi kesehatan berjumlah 9 Lansia (15.8%) dan setelah edukasi kesehatan berjumlah 37 Lansia (64.9%). Sedangkan responden yang memiliki pengetahuan kurang sebelum edukasi kesehatan berjumlah 48 responden (84.2%), dan setelah edukasi kesehatan berjumlah 20 Lansia (35.1%).

Tabel 3
Distribusi responden berdasarkan jawaban kuesioner pengetahuan tentang hipertensi

Kuesioner Pengetahuan tentang Hipertensi	Sebelum Edukasi Kesehatan (prates)				Setelah Edukasi Kesehatan (pascates)			
	Benar		Salah		Benar		Salah	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Hipertensi adalah terjadinya kenaikan tekanan darah sistolik lebih dari 160 mmHg dan tekanan darah sistolik lebih dari 90 mmHg	24	42.1	33	57.9	45	78.9	12	21.1
Gejala Hipertensi berupa sakit kepala, mual-mual, tegang pada punggung leher serta perasaan pusing dan terutama pada waktu duduk tegak atau berbaring	35	61.4	22	38.6	42	73.7	15	26.3
Pengobatan Hipertensi dengan cara nonfarmakologi berupa lain pembatasan konsumsi garam, menghentikan kebiasaan merokok, dan olahraga teratur	33	57.9	24	42.1	38	66.7	19	33.3
Melakukan kegiatan olahraga yang rutin minimal 30 menit setiap kali lamanya untuk mencegah Hipertensi	23	40.4	34	59.6	35	61.4	22	38.6
Mengonsumsi makanan yang mengandung garam berlebihan setiap harinya dapat mengakibatkan Hipertensi	29	50.9	28	49.1	37	64.9	20	35.1
Mengonsumsi makan siap saji yang mengandung Monosodium Glutamat (MSG) atau vixin / ajinomoto dapat meningkatkan tekanan darah	30	52.6	27	47.4	40	70.2	17	29.8
Mengonsumsi makan yang mengandung penyedap rasa seperti royco, masako dan sejenisnya yang memicu terjadinya Hipertensi	31	54.4	26	45.6	39	68.4	18	31.6
Pengobatan Hipertensi dengan cara farmakologi berupa golongan diuretik (furosemide), Penyakit beta (propranolol), penghambatan enzim (catopril), antagonis kalsium (nifedipin) dan vasodilator(hidralazin)	9	15.8	48	84.2	28	49.1	29	50.9
Pikiran yang berlebihan dapat menjadi stress sehingga terjadi peningkatan tekanan darah	32	56.1	25	43.9	41	71.9	16	28.1
Stres dapat dihindari dengan selalu mendekatkan diri pada agama sehingga tidak dapat menderita Hipertensi	34	59.6	23	40.4	44	77.2	13	22.8

Keterangan: N= total responden; %= persentase

Pada kelompok yang diberikan edukasi kesehatan, frekuensi responden memberikan jawaban benar masih kurang dibandingkan yang sesudah edukasi kesehatan.

Tabel 4
Uji statistik pengaruh edukasi kesehatan tentang hipertensi dengan pengetahuan tentang hipertensi Lansia

Karakteristik Pengetahuan tentang Hipertensi	Waktu Tes				Sig. (2-tailed)
	Prates (N=57)		Pascates (N=57)		
	F	%	F	%	
Baik	9	15.8	37	64.9	0.000
Kurang	48	84.2	20	35.1	

Keterangan: N= total responden; F= frekuensi; %= persentase

Pengetahuan mengenai penyakit hipertensi pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kabupaten Konawe Selatan dengan tingkat kepercayaan sebesar 95% ($\alpha = 0.05$) dengan nilai Sig. (2-tailed) 0.000.

PEMBAHASAN

Hipertensi masih menjadi masalah kesehatan pada kelompok lanjut usia. Seiring dengan peningkatan taraf hidup yang sejahtera serta pelayanan kesehatan yang meningkat dapat pula meningkatkan umur harapan hidup sehingga jumlah lanjut usia bertambah setiap tahunnya, peningkatan usia tersebut diikuti dengan meningkatnya penyakit degeneratif dan masalah kesehatan lain pada kelompok ini. Hipertensi sebagai salah satu penyakit degeneratif yang sering dijumpai pada kelompok lansia, hal ini akibat dari fungsi organ-organ tubuh yang vital bekerja secara keseluruhan menurun terutama fungsi ginjal dan hati. Dengan menurunnya fungsi tersebut Hipertensi pada lanjut usia perlu dilakukan penanganan secara khusus.

Hasil penelitian sebelum dilakukan edukasi kesehatan, responden yang memiliki pengetahuan tentang hipertensi yang baik berjumlah 9 Lansia (15.8%) sedangkan responden yang memiliki pengetahuan tentang hipertensi yang kurang berjumlah 48 Lansia (84.2%) (Tabel 2). Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan responden yang kurang masih didominasi sebelum dilakukan edukasi kesehatan tentang hipertensi. Kurangnya pengetahuan responden diakibatkan daya ingat yang semakin menurun serta jarang dilakukan edukasi kesehatan tentang hipertensi. Responden yang memiliki pengetahuan tentang hipertensi yang baik setelah edukasi kesehatan berjumlah 37 Lansia (64.9%) sedangkan responden yang memiliki pengetahuan tentang hipertensi yang kurang setelah edukasi kesehatan berjumlah 20 Lansia (35.1%) (Tabel 2). Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan responden tentang hipertensi menjadi semakin baik setelah dilakukan edukasi kesehatan.

Edukasi kesehatan bertujuan untuk memberikan informasi kepada semua orang agar dapat menerima pesan dari informasi sehingga dari tidak tahu menjadi tahu serta dapat melaksanakan pesan dari informasi yang diperoleh. Kegiatan ini bisa dilakukan dengan beberapa metode, yaitu: kunjungan langsung (*door to door*) ke rumah Lansia atau di panti, atau dengan mengumpulkan lansia disuatu tempat agar dapat dengan mudah informasi di sampaikan. Khususnya pada lansia yang daya ingatnya semakin menurun menyebabkan perlunya dilakukan setiap saat dan berulang.

Dari 10 item pertanyaan, pada prates diperoleh jawaban yang tertinggi yaitu '*gejala hipertensi berupa sakit kepala, mual-mual, tegang pada punggung leher serta perasaan pusing dan terutama pada waktu duduk tegak atau berbaring*' sebanyak 35 responden (61.4%) dan jawaban yang terendah yaitu '*pengobatan hipertensi dengan cara farmakologi berupa golongan diuretik (furosemide), penyakit beta (propranolol), penghambatan enzim (catopril), antagonis kalsium (nifedipin) dan vasodilator (hidralazin)*' sebanyak 9 responden (15.8%). Sedangkan hasil pascates diperoleh jawaban tertinggi pada pertanyaan '*hipertensi adalah terjadinya kenaikan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah sistolik lebih dari 90 mmHg*' sebanyak 45 responden (78.9%) dan jawaban terendah pada pertanyaan '*pengobatan hipertensi dengan cara farmakologi berupa golongan diuretik (furosemide), penyakit beta (propranolol), penghambatan enzim (catopril), antagonis kalsium (nifedipin) dan vasodilator (hidralazin)*' yaitu 28 responden (49.1%) (Tabel 3). Hal demikian terjadi perubahan pengetahuan Lansia bergantung dari tingkat pemahaman dari informasi yang

diterima setelah dilakukan edukasi kesehatan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian pengetahuan lansia bertambah baik setelah dilakukan edukasi kesehatan dikarenakan lansia menyimak dan memperhatikan informasi yang disampaikan oleh peneliti.

Pada kelompok yang diberikan edukasi kesehatan, sebelum diberikan edukasi kesehatan responden memiliki jumlah jawaban yang benar masih kurang ketika dibandingkan sesudah diberikan edukasi kesehatan sehingga terjadi perubahan pengetahuan yang menyebabkan responden lebih banyak mempunyai jawaban yang benar. Pengetahuan mengenai kejadian hipertensi pada Lansia dapat merubah pengetahuan dari tidak tahu menjadi tahu tetapi hal ini dapat tidak bertahan lama karena daya ingat lansia akan semakin menurun seiring bertambahnya usia.

Kurangnya informasi yang didapatkan oleh lansia serta kondisi tubuh yang semakin menurun dapat mempengaruhi daya ingat lansia, dengan adanya kegiatan edukasi kesehatan maka akan mengembalikan daya ingat lansia yang bersifat sementara atau tidak bertahan lama sehingga perlunya diadakan kegiatan edukasi kesehatan setiap saat atau minimal seminggu sekali sebagai bentuk penyegaran. Pesan dan sajian yang disampaikan pada kegiatan edukasi kesehatan dibuat semaksimal mungkin sehingga dapat menarik perhatian Lansia untuk menyaksikan atau mendengarkan isi pesan dari edukasi yang tidak membuat mereka menjadi cepat bosan dan tidak pulang sebelum kegiatan berakhir.

Hasil analisis statistik menggunakan metode uji *paired sample t-test* terhadap perbedaan pengaruh edukasi kesehatan sebelum dan sesudah terhadap pengetahuan tentang hipertensi pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kabupaten Konawe Selatan dengan tingkat kepercayaan sebesar 95% ($\alpha = 0,05$), diperoleh nilai *Sig. (2-tailed)* 0.000 (Tabel 4). Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh edukasi kesehatan tentang penyakit hipertensi terhadap pengetahuan lanjut usia di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kabupaten Konawe Selatan.

Edukasi kesehatan tidak dapat merubah perilaku lansia yang hanya dapat memberikan informasi pengetahuan tentang hipertensi yang berupa pengertian, penyebab, risiko akibat dari penyakit hipertensi, akan tetapi itu semua dapat dengan mudah dilupakan oleh lansia karena berbagai faktor yang berupa kesehatan yang menurun, yang mempengaruhi daya ingat. Pengetahuan lansia tentang Hipertensi mengalami perubahan jika dilakukan edukasi kesehatan hipertensi yang bersifat sementara yang dipengaruhi oleh usia lansia tersebut (Tabel 1).

KESIMPULAN DAN SARAN

Ada pengaruh edukasi kesehatan tentang penyakit hipertensi terhadap pengetahuan lanjut usia di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kabupaten Konawe Selatan. Instansi terkait perlu sering memberikan edukasi kesehatan kepada Lansia sebagai upaya memberikan informasi kembali agar mengingatkan pengetahuannya tentang penyakit hipertensi sehingga perilaku hidup sehat dapat Lansia jalani. Lanjut usia juga harus berolahraga secara teratur, pola makan yang baik dan manajemen stres agar tidak mudah menderita hipertensi seiring usia yang semakin bertambah.

DAFTAR PUSTAKA

- Asli, A. (2011). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi pada Usia Muda Rumah Sakit Umum Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2011 [Thesis]. STIK Avicenna.
- Mubarak, W. I. (2006). Buku ajar Ilmu keperawatan komunitas 2: Teori & Aplikasi dalam praktik dengan pendekatan asuhan keperawatan komunitas, gerontik dan keluarga. Sagung Seto.
- Nursalam. (2008). Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan. Salemba Medika.
- Pratama, A. (n.d.). Proposal Hipertensi Pada Lansia. In Scribd. <https://id.scribd.com/document/344014215/Proposal-Hipertensi-Pada-Lansia>

Catatan kaki

Catatan Penerbit Poltekkes Kemenkes Kendari menyatakan tetap netral sehubungan dengan klaim dari perspektif atau buah pikiran yang diterbitkan dan dari afiliasi institusional manapun.

Author notes

dian.yuniar.sr@gmail.com