

PENINGKATAN PENGETAHUAN MENGENAI HIPERTENSI PADA REMAJA

Endah R. Wismaningsih, Dadiék Sumardianto, Ekawati W. Wijayati, Albida R. Ernawati, Ardha D. Pradytia, Diva S. Az Zahra, Gayuh S. Kuncoro, Klensia V. Wiran, Magdalena, Letdhya T. Verawati, Linda N. Sabila, Namira M. Wijatmiko, Amalia R. Fariska, Anita N. Halimah, Arindi Akmeliani, Armia I. Windy, Elinda Febriana, Hedwig D. Ayu, Himatul U. Aulia, M. Robbi Almas, Mifaul Ammalia, Mohammad Uwais

*Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Fakultas Teknologi dan Manajemen Kesehatan
Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri*

endah.wismaningsih@iik.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang banyak dijumpai di masyarakat dan memiliki tren yang semakin meningkat termasuk pada remaja. Hipertensi yang tidak disadari pada remaja ini dapat menimbulkan dampak terhadap kesehatan. Hipertensi seringkali tidak menimbulkan gejala, sehingga dikenal sebagai *the silent killer*. Dengan demikian perlu adanya peningkatan pengetahuan sedini mungkin mengenai hipertensi yang dapat diberikan pada remaja. Peningkatan pengetahuan ini merupakan salah satu bentuk promosi kesehatan sebagai upaya pencegahan hipertensi. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan mengenai hipertensi pada remaja. Sasaran pada kegiatan ini adalah remaja karang taruna. Kegiatan ini berupa intervensi melalui ceramah dengan media powerpoint secara daring dengan sasaran remaja karang taruna. Penilaian peningkatan pengetahuan dilakukan melalui kuesioner sebagai instrumen *pretest* dan *posttest*. Setelah dilakukan intervensi, terdapat peningkatan pengetahuan mengenai hipertensi pada remaja sehingga sebagian besar remaja memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi. Persentase peningkatan pengetahuan setelah intervensi adalah sebesar 24%. Diharapkan remaja karang taruna dapat membagikan informasi yang diterima pada remaja lain di lingkungannya.

Kata kunci: Pengetahuan, Hipertensi, Remaja

1. PENDAHULUAN

Hipertensi menjadi masalah kesehatan yang banyak ditemui dalam masyarakat dan semakin meningkat hingga menjadi faktor utama penyakit kardiovaskuler. Hipertensi adalah suatu kondisi dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah, dimana tekanan darahnya $\geq 140/90$ mmHg (Bell, Twigs, Olin, 2015). Hipertensi dalam jangka waktu panjang dapat merusak pembuluh darah kecil arteri dan mengganggu kinerja organ penting seperti jantung, otak, ginjal, dan mata (Kokubo, Iwashima & Kamide, 2015). Hipertensi seringkali tidak menimbulkan gejala, sementara tekanan darah yang terus menerus tinggi dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan komplikasi dan disebut sebagai *the silent killer*.

Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, angka prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan pengukuran sebesar 34,11% dimana prevalensi ini lebih tinggi dibandingkan dengan prevalensi pada tahun 2013 sebesar 25,8%. Prevalensi tekanan darah tinggi pada perempuan (36,85%) lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (31,34%). Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (34,43%)

dibandingkan dengan perdesaan (33,72%). Prevalensi semakin meningkat seiring dengan pertambahan umur (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Provinsi Jawa Timur berada pada posisi ke-6 dengan prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran sebesar 36,32%. Prevalensi hipertensi dengan usia ≥ 18 tahun di Provinsi Jawa Timur adalah 21,5% berdasarkan hasil wawancara dan 26,2% berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Pada umumnya, hipertensi terjadi pada lansia, tetapi pada beberapa penelitian diketahui bahwa pada beberapa tahun terakhir terdapat peningkatan prevalensi hipertensi pada remaja. Hipertensi yang tidak disadari yang terjadi pada remaja ini dapat berlanjut hingga usia dewasa dan dapat berisiko meningkatkan kesakitan dan kematian (Shaumi, dan Achmad, 2019). Dengan demikian diperlukan upaya pencegahan melalui promosi kesehatan agar remaja dapat terhindar dari hipertensi. Promosi kesehatan salah satunya dilakukan melalui upaya peningkatan pengetahuan mengenai hipertensi. Salah satunya melalui kegiatan ini yang bertujuan meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi pada remaja.

2. METODE PENGABDIAN

2.1 Waktu dan Tempat Pengabdian

Kegiatan ini dilaksanakan selama bulan November 2020 - Februari 2021 di Kelurahan Pesantren Kecamatan Pesantren Kota Kediri dan Desa Puncu Kecamatan Puncu Kabupaten Kediri.

2.2 Metode dan Rancangan Pengabdian

Kegiatan peningkatan pengetahuan (intervensi) dilakukan dalam bentuk ceramah dengan media powerpoint secara daring. Hal ini dikarenakan kondisi saat ini yang tidak memungkinkan untuk melakukan kegiatan penyuluhan dengan bertatap muka secara langsung akibat adanya pandemi Covid-19. Evaluasi peningkatan pengetahuan dilakukan melalui kuesioner yang digunakan sebagai instrumen *pretest* dan *posttest*.

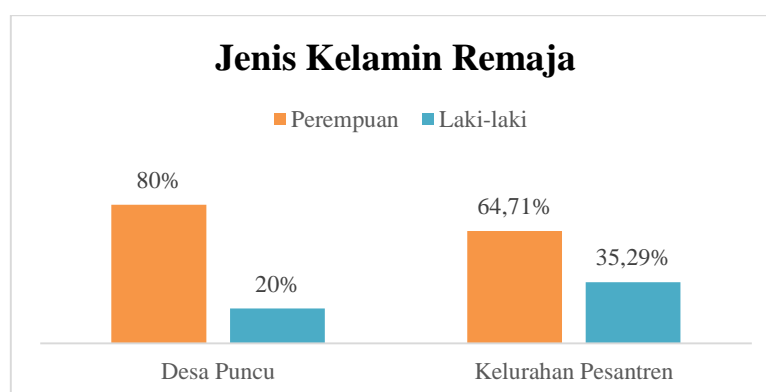
2.3 Pengambilan Sampel

Sasaran kegiatan ini adalah remaja yang tergabung dalam karang taruna. Remaja karang taruna dipilih sebagai sasaran dikarenakan karang taruna yang merupakan kelompok pemuda sebagai penggerak yang nantinya diharapkan dapat menyebarkan pengetahuan kepada remaja lain di lingkungannya. Adapun jumlah sasaran adalah 25 remaja Desa Puncu dan 17 remaja Kelurahan Pesantren.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Distribusi Jenis Kelamin Remaja

Distribusi jenis kelamin remaja dapat dilihat pada gambar 1 sebagai berikut:



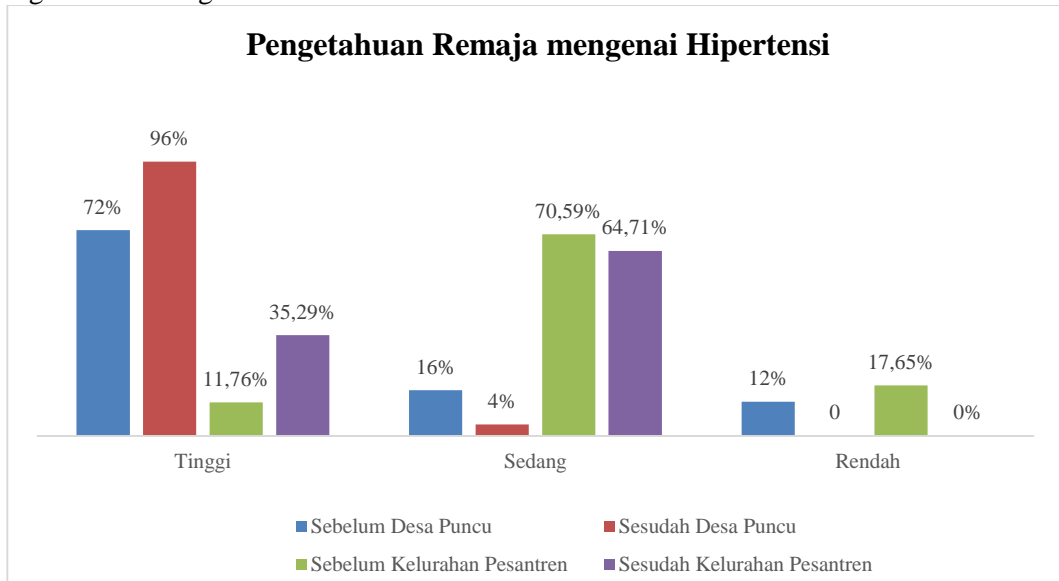
Gambar 1. Jenis Kelamin Sasaran
Sumber: dokumen pribadi

Berdasarkan gambar 1 diketahui bahwa sebagian besar sasaran berjenis kelamin perempuan sebesar 80% di Desa Puncu dan 64,71% di Kelurahan Pesantren. Berdasarkan penelitian Aristoteles (2018), hipertensi lebih sedikit terjadi pada wanita karena hormone estrogen menyebabkan elastik pada pembuluh darah jika pembuluh darahnya elastis maka tekanan darah

akan menurun tetapi jika menopause sudah terjadi pada wanita tekanan darahnya akan sama dengan tekanan darah pada laki-laki.

3.2 Tingkat Pengetahuan mengenai Hipertensi pada Remaja

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu obyek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behaviour*) (Notoatmodjo, 2014). Distribusi pengetahuan mengenai hipertensi pada remaja Desa Puncu dan Kelurahan Pesantren dapat dilihat pada gambar 2 sebagai berikut:



Gambar 2. Pengetahuan Remaja mengenai Hipertensi
 Sumber: dokumen pribadi

Berdasarkan gambar 2 diketahui terdapat peningkatan pengetahuan sasaran dari tingkat pengetahuan rendah dan sedang menjadi pengetahuan sedang maupun tinggi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Peningkatan pengetahuan pada tingkat pengetahuan tinggi mengenai hipertensi adalah sebesar 24% pada remaja Desa Puncu dan 23,53% pada remaja Kelurahan Pesantren. Pengetahuan mengenai hipertensi yang diberikan meliputi pengertian hipertensi, klasifikasi hipertensi, faktor risiko, gejala, dan pencegahan hipertensi.

Adapun hasil dari analisis statistik melalui Uji T Dependen dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Uji T Dependen pada *pretest* dan *posttest*

| | Sig (2-tailed) |
|---|----------------|
| Nilai pretest-posttest remaja Desa Puncu | 0,001 |
| Nilai pretest-posttest remaja Kelurahan Pesantren | 0,034 |

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test dengan analisis menggunakan Uji T Dependen didapatkan nilai signfikansi sebesar 0,001 untuk Desa Puncu dan 0,034 di Kelurahan Pesantren. Hal ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi $0,001 < 0,05$ dan nilai signifikansi sebesar $0,034 < 0,05$ berarti menunjukkan bahwa adanya perbedaan tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah dilaksanakan intervensi. Hal ini sesuai dengan hasil *pretest* dan *posttest* yang dilaksanakan sebelum dan setelah intervensi.

Peningkatan pengetahuan sasaran terjadi setelah adanya intervensi yakni edukasi mengenai hipertensi melalui metode ceramah dengan media powerpoint secara daring. Intervensi

ini merupakan salah satu bentuk penyuluhan kesehatan. Penelitian Lubis, Lubis, dan Syahril (2013), dari hasil pre-test dan post-test dan hasil analisis menggunakan statistic Paired sample T-Test (p value 0,0001) dapat dikatakan bahwa pengetahuan dan sikap responden setelah diberikan penyuluhan dengan metode ceramah mengalami peningkatan.

4. Simpulan dan Saran

4.1 Simpulan

Terdapat peningkatan pengetahuan mengenai hipertensi pada remaja setelah dilaksanakan intervensi.

4.2 Saran

Remaja karang taruna hendaknya membagikan pengetahuan mengenai hipertensi yang diterima kepada remaja lain di lingkungannya melalui kegiatan rutin karang taruna.

5. Ucapan Terima Kasih

- 1) Kepala Desa Puncu dan Lurah Pesantren.
- 2) Karang Taruna Desa Puncu dan Kelurahan Pesantren.

6. Daftar Pustaka

- Aristoteles. 2018. *Korelasi Umur dan Jenis Kelamin dengan Penyakit Hipertensi di Emergency Center Unit Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang 2017*. Indonesia Jurnal Perawat Vol.3 No.1. <https://ejr.stikesmuhkudus.ac.id/index.php/ijp/article/viewFile/576/409>
- Bell, K., Twigs, J., dan Olin, B.R.. 2015. *Hypertension the Silent Killer: Update JNC 8 Guideliness recommendations*. Albama Pharmacy Association.
- Kementerian Kesehatan RI. 2019. *Laporan Nasional Riskesdas 2018/* Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Jakarta: Lembaga Penerbit
- Kokubo, Y., Iwashima, Y., & Kamide, K. 2015. Hypertension: Introduction, Types, Causes, and Complications. DOI:10.1007/978-3-319-15961-4_30
- Lubis, Z.S.A., Lubis, N.L., Syarrial, E. 2013. *Pengaruh Penyuluhan dengan Metode Ceramah dan Diskusi terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Anak Tentang Phbs di Sekolah Dasar Negeri 065014 Kelurahan Namogajah Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2013*. Jurnal Kebijakan, Promosi Kesehatan dan Biostatistika. Universitas Sumatera Utara. <https://media.neliti.com/media/publications/14398-ID-pengaruh-penyuluhan-dengan-metode-ceramah-dan-diskusi-terhadap-peningkatan-penge.pdf>
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2014. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Shaumi, N.R.F., Achmad, E.K. 2019. *Kajian Literatur: Faktor Risiko Hipertensi pada Remaja di Indonesia*. DOI: <https://doi.org/10.22435/mpk.v29i2.1106>.