

PENYULUHAN PENINGKATAN PENGETAHUAN MASYARAKAT TERHADAP HIPERTENSI

Iin Ernawati^{1*}, Safira Yulita¹

¹ Akademi Farmasi Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Email*: iinernawati.ap@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi adalah salah satu penyebab utama komplikasi penyakit kardiovaskuler. Keberhasilan terapi dipengaruhi oleh kepatuhan terhadap terapi hipertensi. Pengetahuan terkait hipertensi meliputi definisi hipertensi, pengobatan, makanan yang dapat dikonsumsi, serta kepatuhan minum obat menjadi hal yang paling utama dan penting dalam kontrol tekanan darah. Berdasarkan latar belakang tersebut, dilakukan pengabdian kepada masyarakat terkait penyuluhan peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi. Penyuluhan ini dilakukan secara *online/daring* karena terkait Covid 19, yang dilakukan pada mahasiswa dan beberapa masyarakat umum. Setelah dianalisis secara statistik, penyuluhan secara *daring* terkait pengetahuan hipertensi dapat meningkatkan pengetahuan yang diukur menggunakan instrumen kuesioner HKLS (*Hypertension Knowledge Level Scale*), dengan nilai $P < 0,05$ (signifikan secara statistik). Skor pengetahuan hipertensi dari kuesioner HKLS mengalami kenaikan setelah diberikan penyuluhan.

Kata Kunci: Pengabdian kepada masyarakat, hipertensi, penyuluhan

ABSTRACT

*Hypertension is one of the main causes of complications of cardiovascular disease. The success of therapy is influenced by adherence to hypertension therapy. Knowledge related to hypertension includes the definition of hypertension, medication, food that can be consumed, and medication adherence with taking medication, which are the main and important things in controlling blood pressure. Based on this background, community service was carried out related to counseling on increasing public knowledge about hypertension. This counseling is carried out online because it is related to Covid 19, which is carried out on students and some of the general public. After statistical analysis, online counseling related to hypertension knowledge can increase knowledge which is measured using the HKLS (*Hypertension Knowledge Level Scale*) questionnaire instrument, with P value < 0.05 (statistically significant). The hypertension knowledge score from the HKLS questionnaire increased after being given counseling.*

Keywords: Community service, hypertension, counseling

PENDAHULUAN

Hipertensi atau yang lebih sering disebut darah tinggi, merupakan penyebab utama terjadinya penyakit kardiovaskular. *World Health Organization* (WHO) menunjukkan penderita hipertensi di dunia sekitar 1 miliar dan diperkirakan terus meningkat hingga tahun 2025 sekitar 1,6 miliar atau 29%¹. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan pengukuran tekanan darah pada usia 18 tahun ke atas yang didiagnosis oleh dokter diketahui sebesar 34,1%².

Keberhasilan suatu terapi tidak hanya ditentukan oleh diagnosis dan pemilihan obat yang tepat, tetapi oleh pengetahuan pasien untuk melaksanakan terapi tersebut. Salah satu penelitian tentang faktor yang mempengaruhi pasien hipertensi dalam menjalankan program terapi adalah pengetahuan kebanyakan pasien tidak meminum obat antihipertensi sesuai dengan yang diresepkan. Hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan pasien tentang program terapi hipertensi. Oleh karena itu, pentingnya informasi mengenai hipertensi akan menambah pengetahuan sehingga pasien hipertensi dapat mengendalikan tekanan darahnya melalui program terapi yang diikutinya.

Pengetahuan merupakan tingkat perilaku penderita dalam melaksanakan pengobatan dan perilaku yang disarankan

oleh dokter atau orang lain, dan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku seseorang³. Pengetahuan tersebut mencakup perolehan informasi dan ketrampilan yang diperoleh dari pembelajaran dan pengalaman⁴. Kurangnya pengetahuan hipertensi dan konsekwensi secara logis terkait dengan kepatuhan yang rendah pada pasien hipertensi^{4,5}. Penelitian sebelumnya terkait pengetahuan hipertensi pada pasien hipertensi yang dilakukan oleh Ernawati *et al.*⁴, diketahui bahwa tingkat pengetahuan hipertensi pada pasien hipertensi di beberapa puskesmas di Surabaya yang diukur menggunakan kuesioner HKLS yakni berkisar 32,64%. Pengetahuan masyarakat tentang hipertensi sangatlah kurang, memberikan informasi/pendidikan melalui penyuluhan atau webinar merupakan salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan. Pemilihan populasi pada pengabdian masyarakat ini diperuntukan untuk masyarakat umum, karena terkait pengetahuan hipertensi yang harus dimengerti oleh seluruh masyarakat baik dari kalangan remaja, dan orang tua/lansia. Berbagai macam media pendidikan kesehatan, tetapi tidak semua mudah untuk diterapkan oleh semua usia. Untuk memudahkan pemahaman informasi yang diperoleh maka dalam proposal ini kami buat untuk mengadakan penyuluhan secara online kepada masyarakat untuk menambah

pengetahuan tentang hipertensi. Situasi dan kondisi saat ini terkait wabah Covid 19, maka dari itu kami mengadakan penyuluhan dengan media daring/*online*.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan metode penyuluhan agar penyampaian informasi dan pemahaman pasien lebih baik. Penyuluhan dilakuakn melalui metode daring/*online* karena terkait masih adanya Covid 19. Peserta diberikan pretest kuesioner HKLS (*Hypertension Knowledge Level Scale*) berisi 22 item pertanyaan dan sebelum diberikan materi penyuluhan online, serta *posttest* dengan kuesioner yang sama setelah penyuluhan. Kuesioner HKLS telah valid dan reliabel dari uji validitas dan reliabilitas sebelumnya ⁴. Materi yang diberikan diantaranya terkait pengertian hipertensi, target capaian tekanan darah, makanan yang harus dihindari, dan kepatuhan minum obat. Penyuluhan ini diberikan pada masyarakat umum dan mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan dilakukan secara *online* via ZOOM meeting pada tanggal 21 Mei 2022 pukul 09:00 – 12:00 WIB.

Tabel 1. Data Demografi Peserta Penyuluhan

Data Demografi	Jumlah (N) Total = 34	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	3	9
Perempuan	31	91
Usia (tahun)		
20-50	33	97
>50	1	3
Pendidikan terakhir		
SMA/SMK/SMF	32	91
S1	3	9
Penderita hipertensi		
Ya	2	6
Tidak	32	94
Pernah mendapatkan penyuluhan hipertensi		
Ya	31	91
Tidak	3	9

Pada Tabel 1 diketahui didapatkan total 34 peserta yang mengikuti acara webinar, yang paling banyak yaitu perempuan dengan jumlah 31 peserta atau 91%. Usia yang paling banyak mengikuti acara webinar yaitu dikisaran usia 20-50 tahun dengan total 33 peserta atau 97%. Peserta webinar paling banyak diikuti oleh pendidikan terakhir SMA/SMK/SMF dengan jumlah 31 peserta atau 91%. Peserta yang mengikuti webinar yang mengidap penyakit hipertensi sebanyak 2 peserta atau 6%, dan yang tidak mengidap penyakit hipertensi sebanyak 32 peserta atau 94%. Peserta yang mendapatkan penyuluhan atau webinar tentang hipertensi sebanyak 31 peserta atau 91%.

Sebelum memasuki pemaparan materi diadakan *pretest* untuk peserta tujuannya agar mengetahui seberapa siap peserta sebelum materi diberikan melalui hasil skor *pretest* rata-rata peserta belum paham tentang hipertensi. Materi yang disampaikan adalah tentang pengertian hipertensi, faktor resiko hipertensi penyebab hipertensi pencegahan hipertensi, dan kepatuhan penggunaan obat antihipertensi. Setelah itu dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan dilakukan dengan semangat dan antusias dari peserta sangat luar biasa dan juga *sharing* tentang hipertensi (Gambar 1 dan 2).



Gambar 1. Flyer Pengabdian Kepada Masyarakat



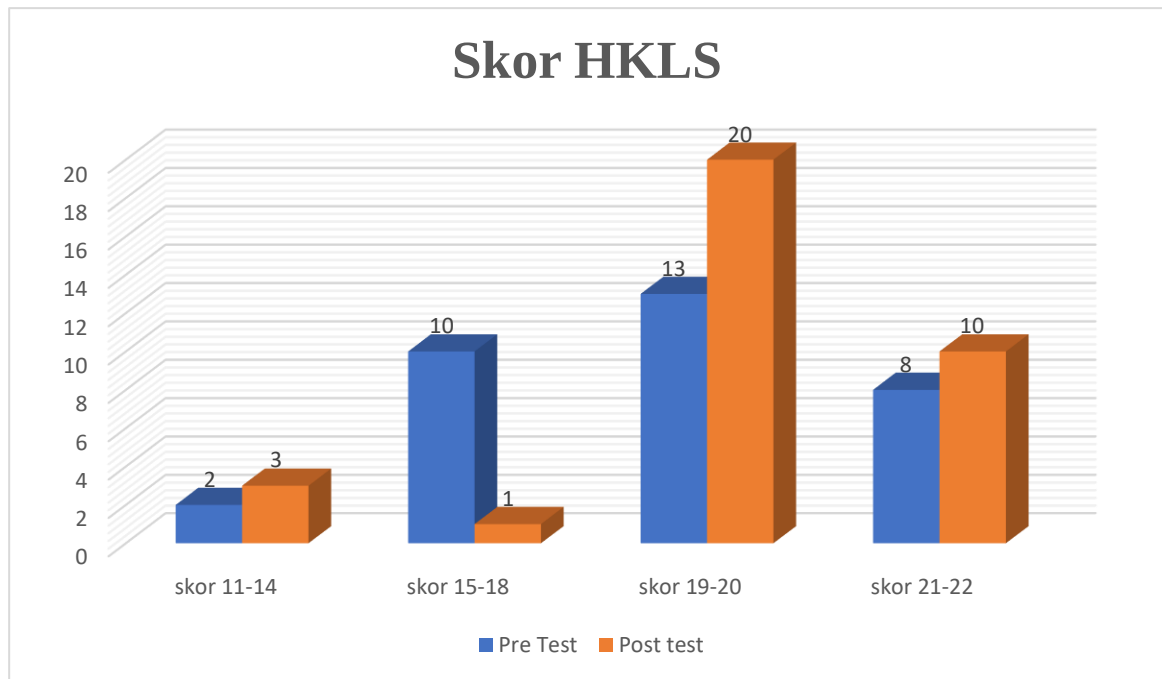
Gambar 2. Pemaparan Materi Penyuluhan

Materi selanjutnya terkait sosialisasi akronim dari Kementerian Kesehatan terkait hipertensi yakni CERAMAH (Cek Tekanan Darah di Rumah) langkah apa saja yang dilakukan sebelum pengecekan, kapan dilakukan pengecekan dan alat ukur apa yang paling dianjurkan agar memudahkan pasien untuk mengontrol tekanan darah pasien. Khususnya bagi pasien dengan riwayat hipertensi dan setiap bulannya mengkonsumsi obat antihipertensi, agar pasien lebih patuh dalam pengobatannya dan tekanan darah biasa terkontrol dan tujuan dari terapi bisa tercapai. Setelah paparan materi kegiatan selanjutnya yakni sesi *posttest* untuk peserta, adapun tujuannya yakni sebagai evaluasi untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta terhadap materi yang baru saja diberikan dan melalui skor *posttest* rata-rata peserta paham tentang hipertensi. Setelah sesi *posttest* selesai, sambil menunggu hasil *pretest* dan *posttest*.

Berdasarkan Tabel 2 dan Gambar 3, diketahui bahwa terdapat kenaikan darim skor HKLS pada setelah penyuluhan.

Tabel 2. Distribusi jawaban kuesioner HKLS

Pertanyaan Kuesioner HKLS	Pre test (Total peserta = 34)				Post test (Total peserta = 34)			
	Benar	%	Salah	%	Benar	%	Salah	%
1. Tekanan Darah Tinggi atau sistolik mengindikasikan peningkatan tekanan darah	33	97	1	3	34	100	0	0
2. Tekanan darah diastolik yang meningkat juga mengindikasikan peningkatan tekanan darah	31	91	3	9	31	91	3	9
3. Individu dengan tekanan darah yang meningkat harus minum obat, karena anda percaya itu adalah cara yang terbaik	27	79	7	21	29	85	5	15
4. Obat untuk tekanan darah yang meningkat harus diminum setiap hari	31	91	3	9	32	94	2	6
5. Individu dengan tekanan darah yang meningkat harus minum obat mereka hanya ketika mereka merasa sakit	3	9	31	91	4	12	30	88
6. Individu dengan tekanan darah yang meningkat harus minum obat sepanjang hidupnya	23	68	11	32	26	76	8	24
7. Tekanan Darah merupakan hasil dari penuaan, jadi perawatan tidak perlu dilakukan	2	6	32	94	3	9	31	91
8. Jika obat untuk tekanan darah yang meningkat dapat mengontrol tekanan darah, maka tidak perlu mengubah gaya hidup	4	12	30	88	2	6	32	94
9. Jika Individu dengan tekanan darah yang meningkat mengubah gaya hidup mereka, maka tidak perlu perawatan	6	18	28	82	6	18	28	82
10. Individu dengan tekanan darah yang meningkat dapat makan makanan asin selama mereka minum obat secara teratur	4	12	30	88	2	6	32	94
11. Untuk individu dengan tekanan darah yang meningkat, metode memasak terbaik adalah menggoreng	3	9	31	91	5	15	29	85
12. Untuk individu dengan tekanan darah yang meningkat, metode memasak terbaik adalah merebus dan memanggang	31	91	3	9	33	97	1	3
13. Individu dengan tekanan darah yang meningkat harus sering makan buah dan sayuran	33	97	1	3	34	100	0	0
14. Individu dengan tekanan darah yang meningkat tidak boleh merokok	32	94	2	6	34	100	0	0
15. Individu dengan tekanan darah yang meningkat dapat minum minuman beralkohol	6	18	28	82	6	18	28	82
16. Jenis daging terbaik untuk individu dengan tekanan darah yang meningkat adalah daging merah (sapi, kambing)	7	21	27	79	6	18	28	82
17. Jenis daging terbaik untuk individu dengan tekanan darah yang meningkat adalah daging putih (unggas)	29	85	5	15	28	82	6	18
18. Tekanan darah yang meningkat dapat menyebabkan stroke, jika tidak ditangani	34	100	0	0	34	100	0	0
19. Tekanan darah yang meningkat dapat menyebabkan penyakit jantung, seperti serangan jantung, jika tidak ditangani	34	100	0	0	34	100	0	0
20. Tekanan darah yang meningkat dapat menyebabkan kematian, jika tidak ditangani	34	100	0	0	34	100	0	0
21. Tekanan darah yang meningkat dapat menyebabkan gagal ginjal jika tidak ditangani	27	79	7	21	31	91	3	9
22. Tekanan darah yang meningkat dapat menyebabkan gangguan penglihatan, jika tidak ditangani	30	88	4	12	32	94	2	6



Gambar 3. Skor HKLS *Pre-Test* dan *Post-Test*

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* diketahui bahwa terdapat kenaikan skor kuesioner HKLS (*Hypertension Knowledge Level Scale*). Untuk melihat pengaruh signifiaksi pengaruh penyuluhan dilakukan pengujian statistik menggunakan *T-Test* berpasangan. Berdasarkan analisis statistiknya diketahui bahwa ada pengaruh signifikan antara penyuluhan terhadap kenaikan pengetahuan yang diukur menggunakan kuesioner HKLS dengan nilai $P = 0,045$ ($P < 0,05$).

Penyuluhan peningkatan pengetahuan hipertensi sangat diperlukan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap pentingnya mencegah kejadian hipertensi agar masalah komplikasi penyakit dapat dihindari. Tidak terkontrolnya tekanan darah dapat meningkatkan resiko penyakit kardiovaskuler. Berdasarkan hasil penyuluhan diketahui bahwa metode penyuluhan secara daring dapat meningkatkan pengetahuan hipertensi, namun perlu dilakukan upaya untuk melakuakn penyuluhan *offline* agar lebih

besar peningkatan pemahaman peningkatan pengetahuan.

KESIMPULAN

Pengetahuan terkait hipertensi meliputi definisi hipertensi, pengobatan, makanan yang dapat dikonsumsi, serta kepatuhan minum obat menjadi hal yang paling utama dan penting dalam kontrol tekanan darah. Penyuluhan secara daring terkait pengetahuan hipertensi dapat meningkatkan pengetahuan yang diukur menggunakan instrumen kuesioner HKLS (*Hypertension Knowledge Level Scale*) dapat meningkatkan pengetahuan hipertensi dari kuesioner HKLS mengalami kenaikan setelah diberikan penyuluhan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada Yayasan Kefarmasian Surabaya dan Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Akademi Farmasi Surabaya yang telah

memberikan pendanaan dalam skema Pendanaan Pengabdian Masyarakat Internal.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ariani N., Ayuchecaria N. (2019). Evaluasi Kepatuhan Minum Obat Hipertensi Pada Pasien Program Rujuk Balik Di Apotek Mitra Banjarmasin. Jurnal Ilmu Ibnu Sina. 4 (2): 410-419; 4(2):410–9.
2. Kesehatan Kesehatan. (2018) Hasil Utama RISKESDAS 2018. Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.[Internet]. 2018.
3. Pramestutie H.R., Silviana N. (2016) The Knowledge Level of Hypertension Patients for Drug Therapy in the Primary Health Care of Malang. Indones J Clin Pharm ;5(1):26–34.
4. Ernawati I., Fandinata S.S., Permatasari S.N. (2020) The Effect of Leaflet on Hypertension Knowledge in Hypertensive Patients in Community Health Center in Surabaya City. Open Access Maced J Med Sc; 8(E):558–65.
5. Burnier, M., Egan, B M. (2019). Adherence in Hypertension. Circ. Res, 124 (7), 1124-1140. doi:10.1161/CIRCRESAHA.118.313220.PMID: 30920917