



JURNAL NURSE

Halaman Jurnal: <https://ejournal.stikeskesosi.ac.id/index.php>
Halaman Utama Jurnal: <https://ejournal.stikeskesosi.ac.id/index.php/Nurse>



GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN HIPERTENSI DAN PENCEGAHANNYA PADA LANJUT USIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI MULIA 2 CENGKARENG

Emil

(Keperawatan, STIKes Kesetiakawanan Sosial Indonesia, Jakarta, Indonesia)

e-mail : stikeskesosi@gmail.com

ABSTRACT

Knowledge is the result of knowing and occurs after people have sensed a certain object. Hypertension causes high mortality and morbidity. In order to avoid complications of hypertension, good precautions must be taken, keeping the foods that are allowed and not allowed. Old age is a natural process that cannot be avoided. There were 18 (11.2%) people who had a stroke and 38 (23.7%) people who fell at the Tresna Werdha social institution. This study aims to describe the level of knowledge of hypertension and its prevention in the elderly at the Tresna Werdha social institution. The research design used is simple descriptive. The sampling technique was simple random sampling, the number of samples was 62 respondents. The place of research is the Tresna Werdha social institution. The results showed that the most elderly people in the age category 70-79 years were 24 people (34.8%). The most gender category is female 41 people (59.4%). The highest education category is SD 33 people (47.8%), the category with the lowest level of knowledge is 48 people (69.6%). The category of hypertension prevention efforts is 38 people (55.1%).

Keywords: elderly, knowledge level, hypertension, prevention

ABSTRAK

Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Hipertensi penyebab kematian dan kesakitan yang tinggi. Agar terhindar dari komplikasi fatal hipertensi, harus diambil tindakan pencegahan yang baik, menjaga makanan yang diperbolehkan dan tidak diperbolehkan. Usia lanjut adalah proses alami yang tidak dapat dihindari. Dipanti sosial tresna werdha terdapat 18 (11,2%) orang yang terkena stroke dan 38 (23,7%) orang yang jatuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan hipertensi dan pencegahannya pada lanjut usia dipanti sosial tresna werdha. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif sederhana. Teknik pengambilan sampel adalah simple random sampling, Jumlah sampel 62 responden. Tempat penelitian dipanti sosial tresna werdha. Hasil penelitian menunjukkan bahwa umur terbanyak lansia dalam kategori umur 70-79 tahun 24 orang (34,8%). Kategori jenis kelamin terbanyak perempuan 41 orang (59,4%). Kategori pendidikan terbanyak SD 33 orang (47,8%), Kategori tingkat pengetahuan terbanyak rendah 48 orang (69,6%). Kategori upaya pencegahan hipertensi terbanyak sedang 38 orang (55,1%).

Kata Kunci: Tingkat pengetahuan, Hipertensi, lanjut usia, pencegahan

1. PENDAHULUAN

Di dunia hampir 1 milyar orang atau 1 dari 4 orang dewasa menderita hipertensi. Tekanan darah tinggi merupakan penyakit kronis yang bisa merusak organ tubuh manusia. Setiap tahun darah tinggi menjadi penyebab 1 dari 7 kematian (7 juta pertahun) di samping menyebabkan kerusakan jantung, mata, otak dan ginjal. (Depkes RI, 2007). Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) dari 70% penderita hipertensi yang diketahui hanya 25% yang mendapat pengobatan, dan hanya 12,5% yang diobati dengan baik (*adequately treated cases*) diperkirakan sampai tahun 2025 tingkat terjadinya tekanan darah tinggi akan bertambah 60%, dan akan mempengaruhi 1,56 milyar penduduk di seluruh dunia. (Depkes RI, 2011).

Menurut *American Heart Assosiation* (AHA) di Amerika tekanan darah tinggi ditemukan 1 dari setiap 3 orang atau 65 juta orang dan 285 atau 59 juta orang mengidap hipertensi. Semua orang yang mengidap hipertensi hanya satu pertiganya yang mengetahui keadaannya dan hanya 61% medikasi, dari penderita yang mendapat medikasi hanya satu pertiga mencapai target darah yang optimal/ normal. (inaheart.or.id, 2011). Di Indonesia pada tahun 1995 satu dari sepuluh orang berusia 18 tahun keatas menderita hipertensi, kemudian kondisi ini meningkat menjadi satu dari tiga orang menderita hipertensi pada tahun 2007. Prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 31,7% atau satu dari tiga orang dewasa mengalami hipertensi, dan 76,1 % diantaranya tidak menyadari sudah terkena hipertensi. (Kemenkes, 2013).

Prevalensi hipertensi di Indonesia adalah 8,3% (InfoKes Depkes RI, 2007). Sedangkan data survey kesehatan Rumah Tangga (SKR7T) 2011, prevalensi hipertensi di Indonesia pada daerah urban dan rural berkisar 17-21% (Puskom DepKes RI, 2008) dengan proporsi hipertensi pada pria 27% dan wanita 29%, sedangkan hasil Survey Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2004, prevalensi hipertensi di Indonesia pada orang yang berusia diatas 35 tahun kurang lebih 15,6% dengan proporsi pria 12,2% dan wanita 15,5% (konas InaSH, 2007). Menurut data Riskesdas 2007 juga disebutkan prevalensi hipertensi di Indonesia berkisar 305

dengan insiden komplikasi penyakit kardiovaskular lebih banyak perempuan (52%) dibandingkan laki-laki (48%) (Depkes RI 2008).

Transisi diet dan kesehatan di Indonesia sudah mengikuti negara maju. Banyak kebiasaan makanan yang telah diadopsi oleh Indonesia yang semakin memperburuk status gizi. Penyakit buatan manusia (*Man made disease*) dan penyakit degeneratif sekarang telah menjadi masalah utama kesehatan. Perubahan pola makan sebagai gaya hidup modern dewasa ini menjurus kesajian siap santap yang mengandung lemak, protein, dan garam tinggi tapi rendah serat pangan (*directory fiber*) membawa konsekuensi terhadap berkembangnya penyakit degeneratif seperti jantung, diabetes mellitus, aneka kanker, dan hipertensi. (Bahrianwar, 2009).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan penyebab kematian dan kesakitan yang tinggi. Darah tinggi sering diberi gelar *The Silent Killer* karena hipertensi merupakan pembunuh tersembunyi karena disamping karena prevalensinya yang tinggi dan cenderung meningkat di masa yang akan datang, juga karena tingkat keganasannya yang tinggi berupa kecacatan permanen dan kematian mendadak. Sehingga kehadiran hipertensi pada kelompok dewasa muda akan sangat membebani perekonomian keluarga, karena biaya pengobatan yang mahal dan membutuhkan waktu yang panjang, bahkan seumur hidup. (Bahrianwar, 2009)

Hipertensi pada lanjut usia sebagian besar merupakan hipertensi sistolik terisolasi (HST), meningkatnya tekanan sistolik menyebabkan besarnya kemungkinan timbulnya kejadian stroke dan infark myocard bahkan walaupun tekanan diastoliknya dalam batas normal (*isolated systolic hypertension*). *Isolated systolic hypertension* adalah bentuk hipertensi yang paling sering terjadi pada lansia. Pada suatu penelitian, hipertensi menempati 87% kasus pada orang yang berumur 50 sampai 59 tahun. Adanya hipertensi, baik HST maupun kombinasi sistolik dan diastolik merupakan faktor risiko morbiditas dan mortalitas untuk orang lanjut usia. Hipertensi masih merupakan faktor risiko utama untuk stroke, gagal jantung penyakit koroner, dimana peranannya diperkirakan lebih besar dibandingkan pada orang yang lebih muda. (Kuswardhani, 2007).

Hipertensi pada lanjut usia sebagian besar merupakan Hipertensi sistolik terisolasi (HST), meningkatnya tekanan sistolik menyebabkan besarnya kemungkinan timbulnya kejadian stroke dan infark myocard bahkan walaupun tekanan diastoliknya dalam batas normal (*isolated systolic hypertension*) (Kadulli, 2012). 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. (Rachman, 2011)

Pengetahuan adalah hasil tahu dari manusia, yang sekedar menjawab pertanyaan “*what*”. Pada dasarnya pengetahuan merupakan hasil tahu dari manusia terhadap sesuatu, atau segala perbuatan dari manusia untuk memahami suatu objek tertentu. Pengetahuan dapat berwujud barang-barang baik lewat indera maupun lewat akal, dapat pula objek yang dipahami oleh manusia berbentuk ideal atau bersangkutan dengan masalah kejiwaan. Dengan bertambahnya umur seseorang dapat berpengaruh pada pertambahan pengetahuan yang diperolehnya, akan tetapi pada umur-umur tertentu kemampuan penerimaan atau mengingat suatu pengetahuan akan berkurang (Agoes, 2013).

Berdasarkan survei dan wawancara yang dilakukan peneliti dari 324 lanjut usia yang berada dipanti social tresna werdha budi mulia 2 cengkareng jakarta barat sebanyak 160 (49,4%) lanjut usia yang menderita hipertensi. Didapatkan hasil bahwa 6 lansia (60%) tidak mengetahui dengan baik tentang pengetahuan penyakit hipertensi dan pencegahanya, sedangkan 4 lansia (40%) memiliki pengetahuan yang baik tentang penyakit hipertensi dan pencegahanya, dan data tahun 2015 dipanti terdapat 18 (11,2%) orang yang terkena stroke dan 38 (23,7%) orang yang pernah jatuh. Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Cengkareng Jakarta Barat itu sendiri belum pernah dilakukan penelitian dengan pembahasan pengetahuan lanjut usia tentang hipertensi dan pencegahanya.

Dari penjelasan data diatas dan fenomena yang ada terlihat bahwa adanya permasalahan dengan pengetahuan tentang hipertensi, maka dilakukan penelitian "Gambaran tingkat pengetahuan hipertensi dan pencegahannya pada lanjut usia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia2 Cengkareng Jakarta Barat

2. METODOLOGI PENELITIAN

Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah Alat tensi meter dan stetoskop. untuk mengukur tekanan darah akan dilakukan dua kali dan hasil pengukuran terakhir yang akan diambil. Dilakukan juga pengumpulan data menggunakan Kuesioner dengan tujuan untuk mengetahui variabel karakteristik gambaran tingkat pengetahuan hipertensi dan pencegahannya pada lanjut usia dipanti Tresna werdha budi mulia 2 Cengkareng jakarta barat. Data kuisisioner dianalisa dengan uji validitas dan reliabilitas. Uji validitas dilakukan dengan cara membandingkan r tabel dengan nilai r hitung. Nilai r tabel dilihat pada tabel r, dengan tingkat kemaknaan (signifikansi) 5% (0,05). Bila diperoleh r hitung > r tabel, maka pertanyaan tersebut valid. Sedangkan Pengujian reabilitas instrument dapat dilakukan dengan teknik *cronbach alpha*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Data pada penelitian ini didapatkans sebanyak 69 responden. Berdasarkan sebaran usia diketahui usia terbanyak pada kisaran 70 -79 tahun (34,8%) (Tabel 1). Berdasarkan jenis kelamin, perempuan mendominasi dengan persentase 59,4 % (Tabel 2). Berdasarkan latar belakang pendidikan, yang mendominasi adalah latar belakang pendidikan SD (47,8%) (Tabel 3).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Cengkareng Jakarta Barat

No	Umur	Jumlah	Persentase
1	45-59 tahun	7	10,1
2	60-69 tahun	21	30,4
3	70-79 tahun	24	34,8
4	>80 tahun	17	24,6
	Total	69	100,0

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Cengkareng Jakarta Barat

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
1	Laki-laki	28	40,6
2	Perempuan	41	59,4
	Total	69	100,0

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Responden di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Cengkareng Jakarta Barat

No	Pendidikan	Jumlah	Persentase
1	Tidak sekolah	28	40,6
2	SD	33	47,8
3	SMP	4	5,8
4	SMA	2	2,9
5	Sarjan	2	2,9
	Total	69	100

Dari sebanyak 69 responden, diketahui bahwa tingkat pengetahuannya mengenai penyakit hipertensi sebagian besar adalah rendah (69,6%) (Tabel 4). Berdasarkan upaya pencegahan penyakit hipertensi pada sebagian besar responden didapatkan hasil yang sedang (18,8%) (Tabel 5).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan responden tentang penyakit hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Cengkareng Jakarta Barat

No	Pengetahuan responden tentang penyakit hipertensi.	Jumlah	Persentase
1	Tinggi	8	11,6
2	Sedang	13	18,8
3	Rendah	48	69,6
	Total	69	100,0

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan upaya pencegahan tentang penyakit hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Cengkareng Jakarta Barat

No	Upaya Pencegahan hipertensi	Jumlah	Persentase
1	Tinggi	25	36,2
2	Sedang	38	55,1
3	Rendah	6	8,7
	Total	69	100,0

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan responden tentang penyakit hipertensi dengan tingkat tinggi sebanyak 8 orang (11,6%), tingkat sedang sebanyak 13 orang (18,8%), dan tingkat rendah sebanyak 48 orang (69,6%). Dari data tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2

Cengkareng Jakarta Barat mayoritas responden berpengetahuan rendah yakni sebanyak 48 orang (69,6%) dari 69 responden. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sakinah Ayad, (2013), dimana hasil penelitian diperoleh hasil persentase tingkat pengetahuan tentang pengetahuan hipertensi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Ilomata Kota Gorontalo sebanyak 23 orang (65,7%) berpengetahuan rendah. Persentase tersebut lebih tinggi dibandingkan dengan hasil persentase yang dilakukan oleh Devita Indra Kusumastuti, (2014) yakni tingkat pengetahuan tentang pengetahuan hipertensi di Panti Werdha Dharma Bakti Kasih Surakarta sebanyak 19 orang (54.30%) berpengetahuan rendah.

Peneliti berpendapat bahwa rendahnya pengetahuan lansia tentang hipertensi karena faktor pendidikan. Notoatmodjo (2007) berpendapat bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, antara lain: pendidikan, media massa/informasi, sosial budaya dan ekonomi, lingkungan, pengalaman, dan usia. Analisa peneliti bahwa factor pendidikan yang mempengaruhi rendahnya pengetahuan lansia tentang hipertensi yakni karna para lansia yang menjadi responden pada penelitian ini mayoritas memiliki tingkat pendidikan yang rendah yakni SD, yang berarti responden kemungkinan mendapatkan pengetahuan/informasi yang minim.

Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi. Dengan pendidikan tinggi maka seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi, baik dari orang lain maupun dari media massa. Semakin banyak informasi yang masuk semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan.

Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Namun perlu ditekankan bahwa seorang yang berpendidikan rendah tidak berarti mutlak berpengetahuan rendah pula. Peningkatan pengetahuan

tidak mutlak diperoleh di pendidikan formal, akan tetapi juga dapat diperoleh pada pendidikan non formal. Pengetahuan seseorang tentang sesuatu obyek juga mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan negatif. Kedua aspek inilah yang akhirnya akan menentukan sikap seseorang terhadap obyek tertentu. Semakin banyak aspek positif dari obyek yang diketahui, akan menumbuhkan sikap makin positif terhadap obyek tersebut (Notoatmodjo, 2010).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa upaya pencegahan hipertensi tingkat tinggi sebanyak 25 orang (36,2%), tingkat sedang sebanyak 38 orang (55,1%), dan tingkat rendah sebanyak 6 orang (8,7%). Dari data tersebut menunjukkan bahwa pencegahan hipertensi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Cengkareng Jakarta Barat mayoritas lansia yang melakukan upaya pencegahan sedang yakni sebanyak 38 orang (55,1%) dari 69 responden.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Taukhit (2009), dimana hasil penelitian diperoleh hasil persentase upaya pencegahan hipertensi di Puskesmas Salam Kabupaten Kabupaten Magelang sebanyak 48 orang (54%) upaya pencegahan sedang. Persentase tersebut lebih rendah dibandingkan dengan hasil persentase yang dilakukan oleh Dewi Yulyan Nur Yusuf (2013), dari upaya pencegahan di Wilayah Kerja Puskesmas Dulalowo Kota Gorontalo sebanyak 50 orang (47,2%) upaya pencegahan sedang.

Analisa peneliti mengenai upaya pencegahan hipertensi pada lansia di Panti sosial tresna Werdha Budi Mulia 2 Cengkareng Jakarta Barat dalam kategori sedang karena berdasarkan jawaban responden dalam lembar kuesioner sebagian besar lansia mengatakan pencegahan hipertensi dengan cara mengurangi konsumsi garam, olahraga teratur, tidak merokok dan minum alkohol. Analisa peneliti tersebut didasari oleh teori (Gunawan, lany. 2006). Pencegahan hipertensi dengan cara sebagai berikut : mengurangi konsumsi garam, menghindari kegemukan (obesitas), membatasi konsumsi lemak,olahraga teratur, makan banyak buah dan sayuran segar, tidak merokok dan minum alkohol, latihan relaksasi atau meditasi.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan: Gambaran tingkat pengetahuan lanjut usia tentang hipertensi dengan kategori rendah sebanyak 48 orang (69,6%). Upaya pencegahan lanjut usia mengenai penyakit hipertensi dengan kategori sedang sebanyak 38 orang (55,1%).

Saran : Bagi lanjut usia untuk mencegah terjadinya hipertensi dianjurkan untuk tidak mengonsumsi garam berlebih, berhenti meminum kopi dan dianjurkan untuk rajin berolahraga secara rutin minimal 30 menit sehari.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada LPPM STIKes Kesosi yang telah memfasilitasi kegiatan penelitian ini sehingga dapat berjalan dengan baik

6. DAFTAR PUSTAKA

- Bahrianwar (2009). *Ancaman "The Silent Killer"*. Di unduh dari :<http://www.pdpersi.co.id>
- Depkes RI. (2007). *Pedoman Pengendalian penyakit jantung dan pembuluh darah*. Jakarta: DEPKES RI
- Depkes RI. (2008). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Riskesdas Provinsi Banten pada Tahun 2007*. Jakarta : Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Dewi Yulyan Nur Yusuf. (2013). *Gambaran prilaku penderita hipertensi dalam upaya mencegah kekambuhan penyakit hipertensi di wilayah kerja puskesmas dulalowo kota gorontalo*. Di unduh dari : <http://kim.ung.ac.id>.
- Gunawan, lany. (2005). *Hipertensi tekanan darah tinggi*. Yogyakarta : Kanisius
- Kadulli, A. 2012. *Proposal Hipertensi Pada Lanjut Usia*. Jakarta

Kemenkes RI. (2013). *Waspada! Hipertensi, Kendalikan Tekanan Darah*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kuswardhani T. (2007).” *Penatalaksanaan Hipertensi Pada Lanjut Usia*”. Jurnal. Denpasar : Unud.

Notoatmodjo, soekidjo. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta.

Taukhit, (2009). *Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap dengan perilaku pencegahan komplikasi pada penderita hipertensi*. Di unduh dari : ippm.unmas.ac.id.