HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN UPAYA PENCEGAHAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI DESA BOIDU KECAMATAN BULANGO UTARA

Rosmin Ilham [1], Firmawati [2], Ishak M. Supu [3]
[1] Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Indonesia
[2] Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Indonesia
[3] Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Indonesia

Article Info

Article history:

Received month dd, yyyy
Revised month dd, yyyy
Accepted month dd, yyyy

Kata Kunci:

Hipertensi, Lansia,
Pencegahan, Pengetahuan

ABSTRAK

ISHAK M. SUPU, Hubungan Pengetahuan Dengan Upaya Pencegahan Hipertensi Di Desa Boidu Kecamatan Bulango Utara. Dibimbing oleh ROSMIN ILHAM sebagai Ketua dan sebagai Anggota FIRMAWATI.

Lanjut usia (Lansia) merupakan seseorang yang telah mencapai usia > 60 tahun ke atas. Penyakit yang paling sering ditemukan pada lansia salah satunya hipertensi. Pengetahuan tentang pencegahan hipertensi juga sangat penting. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan upaya pencegahan hipertensi pada lansia di Desa Boidu Kecamatan Bulango Utara. Desain penelitian menggunakan kuantitatif korelasional dengan *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *probablity sampling* dengan teknik *proportional sampling* dimana sampel berjumlah 38 responden. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa dari 28 responden yang memiliki pengetahuan baik dengan upaya pencegahan hipertensi berkategori baik sebanyak 27 responden (71,1%) dan responden memiliki pengetahuan baik berkategori cukup sebanyak 1 responden (2,6%). Pada 7 responden yang memiliki pengetahuan cukup dengan upaya pencegahan hipertensi kategori baik sebanyak 0 responden (0%), masyarakat yang memiliki pengetahuan cukup dengan upaya pencegahan hipertensi kategori cukup sebanyak 7 responden (18,5%), responden yang memilih kurang dengan upaya pencegahan hipertensi sebanyak 0 responden (0%). Hasil *Uji statistik* dengan menggunakan uji *rank-spearmen* diperolah nilai $p = 0{,}000$ > nilai $a = 0{,}05$ maka Ha diterima dan Ho ditolak artinya ada hubungan pengetahuan lansia dengan upaya pencegahan hipertensi di Desa Boidu Kecamatan Bulango Utara.

Corresponding Author:

Ishak M. Supu
Universitas Muhammadiyah Gorontalo
Email: rosminilham@umgo.ac.id
ishaksupu24@gmail.com

PENDAHULUAN

Lanjut usia (Lansia) merupakan seseorang yang telah mencapai usia > 60 tahun ke atas. Lanjut usia adalah tahap akhir perkembangan pada manusia. Dampak peningkatan jumlah lansia ini akan berdampak pada masalah kesehatan dimana terjadi penurunan atau kemunduran akibat proses menua, pada proses menua ditandai dengan beberapa perubahan fisik, biologis, psikologis, sosial dan spiritual, sehingga terjadinya peningkatan jumlah lansia akan berdampak pada masalah kesehatan seperti timbulnya berbagai macam penyakit, dan yang paling sering ditemukan pada lansia salah satunya hipertensi. Hipertensi atau sering disebut tekanan darah tinggi adalah penyakit yang tidak menular dan penyakit ini sering dijumpai atau banyak terjadi dimasyarakat (Ayu et al., 2023).

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2023 prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Asia Tenggara berada di posisi ke tiga tertinggi dengan prevalensi sebanyak 25% terhadap total penduduk. Terdapat 1,13 milyar orang dengan hipertensi di seluruh dunia, dua pertiga kasus di negara berpenghasilan menengah ke bawah. Prevalensi kejadian hipertensi lansia dalam 3 tahun

terakhir mengalami fluktuatif dimana prevalensi lansia usia diatas 60 tahun pada tahun 2018 sebanyak 9.221 kasus, pada tahun 2019 sebanyak 8.861 kasus dan pada tahun 2020 sebanyak 9.441 kasus.

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo, Tahun 2019 Provinsi Gorontalo berada di urutan ke-20 sebesar 29,64% yang mengidap hipertensi. Proporsi hipertensi berdasarkan kelompok usia yang terbanyak dari urutan pertama hingga ketiga didominasi oleh usia lanjut usia dengan proporsi tertinggi pada usia ≥75 tahun sebesar 69,5%. Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo tahun 2021 jumlah penderita hipertensi tertinggi berada di Kabupaten Gorontalo sebanyak 23,681 orang, selanjutnya Kabupaten Bone Bolango sebanyak 14.333 orang, Kabupaten Boalemo sebanyak 8.666 orang, Kabupaten Gorontalo Utara sebanyak 5.136 orang, Kabupaten Pohuwato sebanyak 4.795 orang dan yang terendah berada di Kota Gorontalo sebanyak 209 orang. (Mutia et al., 2023).

Pencegahan hipertensi dapat dilakukan dengan cara memodifikasi gaya hidup antara lain : 1) Pola makan sehat 2) Pengendalian berat badan 3) Aktivitas fisik teratur 4) Batas konsumsi alkohol 5) Hentikan merokok 6) Mengelola stres. Salah satu faktor keberhasilan pencegahan hipertensi yaitu pengetahuan dari penderita yang memiliki riwayat hipertensi (Dewi 2013). Maka dari itu masyarakat harus membutuhkan peningkatan pengetahuan tentang hipertensi, Jika pengetahuan semakin meningkat maka pencegahannya juga akan teratasi.

Berdasarkan survei yang pernah dilakukan peneliti pada bulan Mei 2024 di Desa Boidu Kecamatan Bulango Utara, terdapat 3 dusun yang terdapat lansia di tiap – tiap dusunnya yaitu pada dusun 1 berjumlah 16 jiwa, dusun 2 berjumlah 28 jiwa dan dusun 3 berjumlah 17 jiwa dengan total 61 lansia penderita hipertensi dengan jumlah laki – laki 28 orang dan perempuan 33 orang, dan dari hasil wawancara 7 lansia menderita hipertensi dengan 5 orang lansia yang pengetahuannya tentang hipertensi kurang baik dan 2 orang lansia mengatakan tidak tahu tentang pencegahan hipertensi.

METODE

Penelitian yang dilakukan adalah penelitian metode kuantitatif menggunakan desain penelitian korelasional. Dalam penelitian ini populasinya ialah lansia pengidap hipertensi yang berada di Desa Boidu Kecamatan Bulango Utara yang berjumlah 61 orang, Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan Teknik *Probablity Sampling* dengan teknik yang diambil yaitu *Proportional Sampling*, Sampel dalam penelitian ini adalah lansia di Desa Boidu Kecamatan Bulango Utara yang berjumlah 38 orang.

Jenis instrumen dalam penelitian ini adalah lembar kuisioner meliput pengetahuan dan pencegahan.

HASIL DAN PEMBASAHAN

Hasil

1. Karakteristik responden berdasarkan umur, Pendidikan dan jenis kelamin

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Umur:		
Usia lanjut 60-74 Tahun	28	73,7%
Usia tua 75-90 Tahun	8	21,1%
Usia sangat tua >90 Tahun	2	5,3%
Total	38	100%
Pendidikan:		
SD	10	26,3%
SMP	20	52,6%
SMA	8	21,1%
Total	38	100%
Jenis Kelamin:		
Laki-Laki	15	39,5%
Perempuan	23	60,5%
Total	38	100%

Sumber: Data Primer 2024

2. Analisa univariat pengetahuan

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Baik	27	71,1%
Cukup	8	21,1%
Kurang	3	7,9
Total	38	100%

Sumber: Data Primer 2024

.

Berdasarkan tabel hasil yang didapatkan bahwa pengetahuan lansia yang baik sebanyak 27 responden (71,1%), pengetahuan lansia cukup sebanyak 8 responden (21,1%) dan pengetahuan lansia kurang sebanyak 3 responden (7,9%) dari 38 responden.

3. Anlisa univariat pencegahan

Pencegahan Hipertensi	Frekuensi	Persentase
Baik	28	73,7%
Cukup	7	18,4%
Kurang	3	7,9%
Total	38	100%

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan tabel hasil yang didapatkan bahwa pencegahan hipertensi di Desa Boidu Kecamatan Bulango Utara kategori baik sebanyak 28 responden (73,7%), kategori cukup 7 responden (18,4%) dan kategori kurang dalam pencegahan hipertensi di Desa Boidu Kecamatan Bulango Utara yaitu 3 responden (7,9%) dari 38 responden.

4. Hubungan Pengetahuan Dengan Upaya Pencegahan Hipertensi Di Desa Boidu Kecamatan Bulango Utara

Pengetahuan Lansia	Upaya Pencegahan Hipertensi								*rank Spearman*	*r coefisient*
	Baik		Cukup		Kurang		Total			
	n	*%*	*n*	*%*	*n*	*%*	*n*	*%*		
Baik	27	71,1	1	2,6	0	0	28	73,7	*p = 0.000*	*0.947*
Cukup	0	0	7	18,5	0	0	7	18,5		
Kurang	0	0	0	0	3	7,8	3	7,8		
Total	28	73,7	7	18,4	3	7,9	38	100		

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 28 responden yang memiliki pengetahuan baik dengan upaya pencegahan hipertensi berkategori baik sebanyak 27 responden (71,1%) dan responden memiliki pengetahuan baik berkategori cukup sebanyak 1 responden (2,6%). Pada 7 responden yang memiliki pengetahuan cukup dengan upaya pencegahan hipertensi kategori baik sebanyak 0 responden (0%), masyarakat yang memiliki perilaku cukup dengan upaya pencegahan hipertensi kategori cukup sebanyak 7 responden (18,5%) responden yang memilih kurang dengan upaya pencegahan hipertensi sebanyak 0 responden (0%). Sedangkan pada 3 responden yang memiliki pengetahuan kurang dengan kategori baik sebanyak 0 responden (0%) masyarakat yang memiliki pengetahuan cukup dengan upaya pencegahan hipertensi kategori cukup sebanyak 0 responden (0%) dan responden yang memiliki pengetahuan kurang dengan upaya pencegahan hipertensi kategori kurang sebanyak 3 responden (7,8%).

Hasil analisa statistik menggunakan uji non parametrik *rank spearman*, di dapatkan nilai p-*velue* adalah 0,000 (<0.05), berdasarkan nilai tersebut dapat diambil kesimpulan terdapat hubungan pengetahuan lansia dengan upaya pencegahan hipertensi di Desa Boidu Kecamatan Bulango Utara. Dalam penelitian ini didapatkan nilai koefisien *r* = 0,947 (>0.5).

PEMBAHASAN

1. Karakteristik responden

Berdasarkan data hasil penelitian yang telah dilakukan pada 38 responden didapatkan frekuensi berdasarkan umur responden terbanyak dalam penelitian ini ialah 60-74 tahun yaitu sebanyak 28 lansia (73,7%), hasil data yang didapatkan dari 38 responden yang telah melakukan pengisian kuesioner didapatkan frekuensi berdasarkan pendidikan responden terbanyak dalam penelitian ini adalah SMP sebanyak 20 lansia (52,6%), dan data hasil penelitian yang telah dilakukan dari 38 responden didapatkan frekuensi berdasarkan jenis kelamin responden terbanyak dalam penelitian ini ialah perempuan 23 lansia (60,5%). dimana salah satu faktor penyebab hipertensi adalah jenis kelamin karena perempuan yang lansia paling rentang akan hipertensi.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fredy Akbar K, Hamdan Nur , dan Umi Indar Humaerah (2020). Dengan judul penelitian Karakteristik Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Desa Buku (*Characteristics Of Hypertension In The Elderly*). Hasil Penelitian menunjukkan bahwa Lanjut usia yang berumur 60-74 tahun (Elderly) atau usia tua dengan umur 60-74 tahun sebanyak 46 orang (92%).

Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan Sugiharto dkk (2019), tingkat pendidikan dapat mempengaruhi kemampuan dan pengetahuan seseorang dalam menerapkan perilaku hidup sehat terutama hipertensi. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin tinggi pula kemampuan seseorang dalam

menjaga pola hidupnya atau menerapkan upaya pencegahannya agar tetap sehat, responden yang berpendidikan tinggi akan mudah menyerap informasi dan akan memiliki pengetahuan yang lebih baik daripada responden dengan pendidikan yang rendah.

Hal serupa juga dikemukakan oleh Fredy Akbar K, Hamdan Nur , dan Umi Indar Humaerah. (2020). Dengan judul penelitian Karakteristik Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Desa Buku (*Characteristics Of Hypertension In The Elderly*). Hasil penelitian didapatkan bahwa di dominasi berjenis kelamin perempuan sebanyak 39 responden (78%). (Akbar et al., 2020).

2. Analisa Univariat

Hasil penelitian yang telah dilakukan pada 38 responden didapatkan bahwa responden dengan pengetahuan baik sebanyak 27 responden (71,1%), pengetahuan cukup sebanyak 8 responden (21,1) dan pengetahuan kurang yaitu sebanyak 3 responden (7,9%).

Hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan pada 38 responden bahwa responden berupaya melakukan pencegahan kategori baik sebanyak 28 responden (73,7%) kategori cukup sebanyak 7 responden (18,4%) dan kategori kurang sebanyak 3 responden (7,9%).

Menurut (Notoatmodjo 2014) 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).

Menurut Riyadi (2011), pencegahan hipertensi terbagi atas dua bagian, yaitu pencegahan primer dan sekunder. Faktor risiko hipertensi antara lain: tekanan darah di atas rata-rata, adanya riwayat hipertensi pada anamnesis keluarga, ras, takikardia, obesitas, dan konsumsi garam yang berlebihan dianjurkan untuk : 1) Mengatur diet agar berat badan tetap ideal juga untuk menjaga agar tidak terjadi hiperkolesterolemia, diabetes mellitus, dan sebagainya, 2) Dilarang merokok atau menghentikan merokok, 3) Merubah kebiasaan makan sehari-hari dengan konsumsi rendah garam, 4) Melakukan exercise untuk mengendalikan berat badan.

3. Hubungan Pengetahuan Dengan Upaya Pencegahan Hipertensi di Desa Boidu Kecamatan Bulango Utara

Berdasarkan dari data hasil penelitian yang telah dilakukan pada 38 responden, didapatkan bahwa pengetahuan baik dengan upaya pencegahan kategori baik sebanyak 27 lansia (71,1%), hal disebabkan pengetahuan baik yang dimiliki lansia tidak menjamin lansia berperilaku cepat dan tepat untuk melakukan pencegahan. Berebeda halnya dengan pengetahuan lansia cukup dengan upaya pencegahan hipertensi kategori baik yaitu sebanyak 1 lansia (2,6%).

Pada upaya pencegahan baik terdapat sebanyak 28 responden (73,7%) kategori cukup sebanyak 7 responden (18,4%) dan kategori kurang sebanyak 3 responden (7,9%), sebagian besar lansia sudah mengetahui dan telah melakukan pencegahan hipertensi seperti berhenti merokok dan mengurangi konsumsi alkohol namun resiko terjadinya hipertensi tetap saja terjadi di karenakan gaya hidup lansia sebelumnya masih kurang baik.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Dea Gita Septianingsih (2018) tentang "Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Pasien Hipertensi Dengan Upaya Pengendalian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Samata". Hasilnya menunjukkan variabel pengetahuan dan sikap memiliki hubungan terhadap pengendalian hipertensi dengan nilai p value 0.000 ($p<0.05$).

Menurut peneliti pengetahuan baik akan berdampak pada upaya pencegahan, untuk meningkatkan pencegahan hipertensi perlu adanya penyuluhan kesehatan agar dapat mengasah pengetahuan dan kemampuan untuk mencegah hipertensi yang akan terjadi dan juga harus memperhatikan gaya hidup agar pencegahan dapat maksimal.

Hasil analisis yang didapatkan oleh peneliti, sebagian besar lansia sudah mengetahui dan telah melakukan pencegahan hipertensi seperti berhenti merokok dan mengurangi konsumsi alkohol namun resiko terjadinya hipertensi tetap saja terjadi di karenakan gaya hidup lansia sebelumnya masih kurang baik.

Dalam penelitian ini peneliti mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan pencegahan hipertensi di Desa Boidu Kecamatan Bulango Utara dengan jumlah sampel 38 responden, dapatkan nilai p-*velue* adalah p=0,000 (<0.05), berdasarkan nilai tersebut dapat diambil kesimpulan terdapat hubungan pengetahuan lansia dengan upaya pencegahan hipertensi di Desa Boidu Kecamatan Bulango Utara.

KESIMPILAN DAN SARAN

Dari hasil uji statistik nila $p = 0{,}000$ dengan nilai $a = 0{,}05$ dengan nilai koefisien *r*=0,947, maka didapat disimpulkan ada hubungan Pengetahuan dengan Upaya Pencegahan Hipertensi Pada Lansia Di Desa Boidu Kecamatan Bulango Utara.

DAFTAR PUSTAKA

.

Adinatha, N. N. M., Rifwandini, S. A., Karya, U., & Semarang, H. (2023). Pengaruh Senam Aerobik Dan Senam Kebugaran Jasmani Terhadap Kualitas Tidur Lansia. 7(1), 11–16.

Akbar, F., Nur, H., Humaerah, U. I., Keperawatan, A., Wonomulyo, Y., & Gatot Subroto, J. (2020). Karakteristik Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Desa Buku (Characteristics of Hypertension in the Elderly). Jwk, 5(2), 2548–4702.

Anih Kurnia, S. K. N. M. K. (2021a). SELF-MANAGEMENT HIPERTENSI. Jakad Media Publishing.

Anih Kurnia, S. K. N. M. K. (2021b). SELF-MANAGEMENT HIPERTENSI. Jakad Media Publishing.

Apriyani Puji Hastuti, M. K., & I Made Ratih R, M. P. (2020a). HIPERTENSI. Penerbit Lakeisha.

Apriyani Puji Hastuti, M. K., & I Made Ratih R, M. P. (2020b). HIPERTENSI. Penerbit Lakeisha.

Ashari, H., Safitri, D. N. R. P., & Khayati, N. (2023). Efektivitas Musik Keroncong Terhadap Gangguan Tidur Lansia Dengan Hipertensi. Holistic Nursing Care Approach, 3(1), 29. https://doi.org/10.26714/hnca.v3i1.11433

Ayu, sari puspita, Feriana, handian ira, & Nining, sari loura. (2023). Literatur review : Hubungan antara gaya hidup dan stres dengan kejadian hipertensi pada lansia. PROFESIONAL HEALTH JOURNAL Special Issue, Volume 4 No. 2sp, Bulan Juni Tahun 2023(Hal. 111-125). 4(2), 111–125.

Cahyaningrum, I. M. I. P. I. (2019). Cara Mudah Memahami Metodologi Penelitian. Deepublish.

Ekasari, M. F., Riasmini, N. M., & Hartini, T. (2019). MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP LANSIA KONSEP DAN BERBAGAI INTERVENSI. WINEKA MEDIA.

Inne Ariane Gobel, R. F. A. N. S. (n.d.). Pengaruh Terapi Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Hipertensi Pada Lansia Diwilayah Kerja Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo the Influence of Bay Decoction Therapy on Reduction of Hypertension in the Elderly Ini Telaga Health Center Gorontalo Regency. 10(1).

Mutia, kalu putri, Rosmin, I., & Andi, sudirman aina nur. (2023). Tugas Perawatan Keluarga Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga. 2(1).

Ns. Alfeus Manuntung, S. K. M. K. (2019a). TERAPI PERILAKU KOGNITIF PADA PASIEN HIPERTENSI. WINEKA MEDIA.

Ns. Alfeus Manuntung, S. K. M. K. (2019b). TERAPI PERILAKU KOGNITIF PADA PASIEN HIPERTENSI. WINEKA MEDIA.

Nursalam. (2020a). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. 2020.

Nursalam. (2020b). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. 2020.

Pipit, wiliyanarti festi. (2018a). Lanjut Usia Perspektif dan Masalah (N. Dede, Ed.). UMSurabaya Publishing.

Pipit, wiliyanarti festi. (2018b). Lanjut Usia Perspektif dan Masalah (N. Dede, Ed.). UMSurabaya Publishing.

Rosita, E., Hidayat, W., & Yuliani, W. (2021). Uji validitas dan reliabilitas kuesioner perilaku prososial. FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan), 4(4), 279–284.

Simbala Iskandar, Syamsudin Fadly, P. Stevanny. N. . R. T. (2020). Pengaruh pemberian seduhan bawang putih terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di griya lansia jannati provinsi gorontalo. 2(1), 33–39.

Simorangkir, L., Ginting, A. A. Y., Saragih, I. S., Saragih, H., & Simarmata, J. (2022). Mengenal Lansia dalam Lingkup Keperawatan. Yayasan Kita Menulis.

Sitanggang, Y. F., Frisca, S., Sihombing, R. M., Koerniawan, D., Tahulending, P. S., Febrina, C., Purba, D. H., Saputra, B. A., Rahayu, D. Y. S., Paula, V., & others. (2021a). Keperawatan Gerontik. Yayasan Kita Menulis.

Sitanggang, Y. F., Frisca, S., Sihombing, R. M., Koerniawan, D., Tahulending, P. S., Febrina, C., Purba, D. H., Saputra, B. A., Rahayu, D. Y. S., Paula, V., & others. (2021b). Keperawatan Gerontik. Yayasan Kita Menulis.

Tampake, R., Jurana, Krisdianto, D., & Ra'bung, A. S. (2022). Hubungan Gaya Hidup dengan Terjadinya Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Talise. Salando Health Journal, 1(1), 21–27.

Wade, C. (2023). Mengatasi Hipertensi.