

**Hubungan Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Lansia Tentang Cara Pencegahan Hipertensi di Posyandu Lansia Nagori Dusun Ulu Kecamatan Ujung Padang Kabupaten Simalungun Tahun 2018**

**Benget Tiarma Togatorop**

Dosen program studi ilmu keperawatan Universitas Efarina

**Maswan Daulay**

Dosen program studi ilmu keperawatan Universitas Efarina

**ABSTRAK**

Hipertensi masih menjadi masalah kesehatan pada kelompok lansia. Peningkatan usia sering diikuti penyakit degeneratif dan masalah kesehatan pada kelompok lanjut usia. Untuk itu peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul Hubungan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan lansia tentang cara pencegahan hipertensi di posyandu lansia Nagori Dusun Ulu Kecamatan Ujung Padang Kabupaten Simalungun Tahun 2016. Penelitian ini dilakukan pada Juli-September 2016 dengan populasi sebanyak 198 orang sedangkan sampel yang digunakan sebanyak 99 orang dengan menggunakan rumus dari buku Lemeshow dengan menggunakan teknik simple random sampling. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa pendidikan kesehatan mempunyai hubungan terhadap pengetahuan lansia di posyandu lansia Nagori Dusun Ulu Kecamatan Ujung Padang Kabupaten Simalungun Tahun 2016, karena  $p$  value  $< 0,05$ . Diharapkan dapat dilakukan peningkatan pengetahuan kader-kader posyandu lansia tentang hipertensi dan cara pencegahannya serta meningkatkan kemampuan kader dalam memberikan penyuluhan sehingga penyuluhan kepada lansia lebih efektif. Instansi Pendidikan memberikan materi posyandu lansia yang merupakan salah satu pelayanan kesehatan dasar melalui mata kuliah yang berhubungan dengan pelayanan lansia baik secara integral maupun secara khusus kasus hipertensi pada lansia dan cara pencegahannya. Hasil penelitian ini sebagai data awal untuk melakukan penelitian lainnya tentang lansia dengan variabel yang berbeda.

**Kata kunci:** pendidikan kesehatan; pengetahuan, lansia

**PENDAHULUAN**

Tekanan darah berfluktuasi sepanjang hari. Hipertensi atau tekanan darah tinggi dapat menjadi masalah, yang membuat sistem sirkulasi dan organ yang mendapat suplai darah menjadi tegang. Bila tekanan darah tinggi tidak dikontrol dengan baik, maka dapat terjadi serangkaian komplikasi serius dan penyakit kardiovaskular<sup>(1)</sup>

Data WHO tahun 2007 menunjukkan, di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% mengidap penyakit hipertensi dengan perbandingan 26,6% pria dan 26,1% wanita. Angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang termasuk di Indonesia<sup>(2)</sup>. Penyakit hipertensi mengenai 16 juta orang di Inggris, 34% pria dan 30% wanita menyandang tekanan darah tinggi diatas 140/90 mmHg dan cenderung meningkat pada populasi seluruh dewasa<sup>(4)</sup>. Menurut survey yang dilakukan oleh *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2000, jumlah penduduk dunia yang menderita hipertensi untuk pria sekitar 26,6% dan wanita sekitar 26,1% dan diperkirakan pada tahun 2025 jumlahnya akan meningkat menjadi 29,2%<sup>(3)</sup>

Prevalensi penderita hipertensi di Indonesia terus terjadi peningkatan. Hasil Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) pada tahun 2000 sebesar 21% menjadi 26,4% dan 27,5% pada tahun 2001 dan 2004. Selanjutnya, diperkirakan meningkat lagi menjadi 37% pada tahun 2015 dan menjadi 42% pada tahun 2025. Menurut data Kementerian Kesehatan RI tahun 2009 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi sebesar 29,6% dan meningkat menjadi 34,1% tahun 2010. Data Dinas Kesehatan kota Semarang tahun 2009 menyebutkan prevalensi hipertensi sebesar 12,85 % dengan jumlah kasus sebanyak 2063<sup>(4)</sup>

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013 menunjukkan bahwa penderita hipertensi yang berusia di atas 18 tahun mencapai 25,8 persen dari jumlah keseluruhan penduduk Indonesia. Dari angka tersebut, penderita hipertensi perempuan lebih banyak 6 persen dibanding laki-laki. Sedangkan yang terdiagnosis oleh tenaga kesehatan hanya mencapai sekitar 9,4 persen. Ini artinya masih banyak penderita hipertensi yang tidak terjangkau dan terdiagnosa oleh tenaga kesehatan dan tidak menjalani pengobatan sesuai anjuran tenaga kesehatan. Hal tersebut menyebabkan hipertensi sebagai salah satu penyebab kematian tertinggi di Indonesia<sup>(5)</sup>

## Tujuan Penelitian

Mengetahui hubungan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan lansia tentang cara pencegahan hipertensi di posyandu lansia Nagori Dusun Ulu Kecamatan Ujung Padang Kabupaten Simalungun.

## METODE

### Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah *cross sectional* yaitu merupakan rancangan penelitian dengan melakukan pengamatan pada saat bersamaan <sup>(6)</sup>. Hal ini dimaksudkan untuk memperoleh gambaran pengetahuan lansia tentang cara pencegahan hipertensi di posyandu lansia Nagori Dusun Ulu Kecamatan Ujung Padang Kabupaten Simalungun.

## HASIL

Setelah dilakukan penelitian mengenai hubungan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan lansia tentang cara pencegahan hipertensi di posyandu lansia Nagori Dusun Ulu Kecamatan Ujung Padang Kabupaten Simalungun Tahun 2016 dengan 99 responden maka dapat diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Lansia Di Posyandu Lansia Nagori Dusun Ulu Kecamatan Ujung Padang Kabupaten Simalungun Berdasarkan Umur

No	Umur	f	%
1	55 – 64 tahun	31	31,3
2	65 – 70 tahun	38	38,4
3	>70 tahun	30	30,3

Berdasarkan Tabel 1 diperoleh data responden mayoritas mempunyai umur 65 – 70 tahun yaitu sebanyak 38 orang (38,4%) sedangkan minoritas mempunyai umur >70 tahun yaitu sebanyak 30 orang (30,3%).

Menurut Kuswardani (2007), hipertensi masih menjadi masalah kesehatan pada kelompok lansia. Peningkatan usia sering diikuti penyakit degeneratif dan masalah kesehatan pada kelompok lanjut usia. Hipertensi salah satu penyakit degeneratif yang sering dijumpai pada kelompok lansia. Faktor usia lanjut dapat mengakibatkan terjadinya hipertensi akibat dari adanya perubahan struktural dan fungsional sistem pembuluh perifer yang bertanggungjawab terhadap tekanan darah <sup>(7)</sup>

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Lansia Di Posyandu Lansia Nagori Dusun Ulu Kecamatan Ujung Padang Kabupaten Simalungun Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	f	%
1	Laki-laki	32	32,3
2	Perempuan	67	67,7

Berdasarkan Tabel 2 diperoleh data responden mayoritas mempunyai jenis kelamin perempuan yaitu 67 orang (67,7%) sedangkan minoritas mempunyai jenis kelamin laki-laki yaitu 32 orang (32,3%).

Menurut survey yang dilakukan oleh *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2000, jumlah penduduk dunia yang menderita hipertensi untuk pria sekitar 26,6% dan wanita sekitar 26,1% dan diperkirakan pada tahun 2025 jumlahnya akan meningkat menjadi 29,2% <sup>(8)</sup>

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Lansia Di Posyandu Lansia Nagori Dusun Ulu Kecamatan Ujung Padang Kabupaten Simalungun Berdasarkan Pekerjaan

No	Pekerjaan	f	%
1	Pensiunan PNS	23	23,2
2	Pedagang/Wiraswasta	23	23,2
3	Petani	23	23,2
4	Pegawai Swasta	12	12,2
5	Tidak bekerja	18	18,2

Berdasarkan Tabel 3 diperoleh data responden mayoritas mempunyai pekerjaan sebagai pensiunan PNS yaitu sebanyak 23 orang (23,2%), pedagang/wiraswasta yaitu sebanyak 23 orang (23,2%), petani yaitu sebanyak 23 orang (23,2%) sedangkan minoritas sebagai pegawai swasta yaitu sebanyak 12 orang (12,2%).

Menurut Rohaendi (2008), sebagai pertimbangan gerontologis dimana terjadi perubahan struktural dan fungsional pada system pembuluh perifer bertanggungjawab pada perubahan tekanan darah yang terjadi pada usia lanjut. Perubahan tersebut meliputi aterosklerosis, hilangnya elastisitas jaringan ikat dan penurunan dalam relaksasi otot polos pembuluh darah, yang pada gilirannya menurunkan kemampuan distensi dan daya regang pembuluh darah. Konsekuensinya, aorta dan arteri besar berkurang kemampuannya dalam mengakomodasi volume darah yang dipompa oleh jantung (volume sekuncup) mengakibatkan penurunan curang jantung dan peningkatan tahanan perifer maka beban kerja mempengaruhi kejadian hipertensi pada lansia.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Lansia Di Posyandu Lansia Nagori Dusun Ulu Kecamatan Ujung Padang Kabupaten Simalungun Berdasarkan Pendidikan

No	Pendidikan	f	%
1	SD	14	14,1
2	SMP	36	36,4
3	SMA	36	36,4
4	Perguruan Tinggi	13	13,1

Berdasarkan Tabel 4 diperoleh data responden mayoritas mempunyai pendidikan SMP yaitu sebanyak 36 orang (36,4%), pendidikan SMA yaitu sebanyak 36 orang (36,4%) sedangkan minoritas mempunyai pendidikan Perguruan Tinggi yaitu sebanyak 13 orang (13,1%).

Menurut Stanley (2006), menua merupakan proses penurunan fungsi struktural tubuh yang diikuti penurunan daya tahan tubuh. Setiap orang akan mengalami masa tua, akan tetapi penuaan pada tiap seseorang berbeda-beda tergantung pada berbagai faktor yang mempengaruhinya. Pendidikan menyangkut pengetahuan yang didapat selama hidup maka semakin tinggi pendidikan semakin baik dalam proses pencegahan terjadinya hipertensi dan sebaliknya.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Lansia Di Posyandu Lansia Nagori Dusun Ulu Kecamatan Ujung Padang Kabupaten Simalungun Berdasarkan Diberikan Pendidikan Kesehatan

No	Pendidikan Kesehatan	f	%
1	Pernah	54	54,5
2	Tidak Pernah	45	45,5

Berdasarkan Tabel 5 diperoleh data responden mayoritas pernah mendapat pendidikan kesehatan yaitu sebanyak 54 orang (54,5%) sedangkan minoritas tidak pernah mendapatkan pendidikan kesehatan yaitu sebanyak 45 orang (45,5%).

Menurut Depkes RI (2009), suatu wadah pelayanan bagi usia lanjut di masyarakat yang dilaksanakan oleh kader-kader kesehatan yang telah mendapatkan pendidikan dan pelatihan dari puskesmas mengenai pelayanan kesehatan dasar yang bertujuan untuk kesejahteraan lansia. Wadah tersebut merupakan tempat pemberian pendidikan kesehatan kepada lansia yang diharapkan hipertensi yang sering terjadi pada lansia dapat ditangani dengan baik.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Lansia Di Posyandu Lansia Nagori Dusun Ulu Kecamatan Ujung Padang Kabupaten Simalungun Berdasarkan Pengetahuan

No	Pengetahuan	f	%
1	Baik	35	35,4
2	Cukup	44	44,4
3	Kurang	20	20,2

Berdasarkan Tabel 6 diperoleh data responden mayoritas mempunyai pengetahuan cukup yaitu sebanyak 44 orang (44,4%) sedangkan minoritas mempunyai pengetahuan kurang yaitu sebanyak 20 orang (20,2%).

Bila tekanan darah tinggi tidak dikontrol dengan baik, maka dapat terjadi serangkaian komplikasi serius dan penyakit kardiovaskular, maka pengetahuan lansia tentang hipertensi berpengaruh dalam menurunkan tingkat kematian pada lansia akibat hipertensi (Anna, 2007).

**Tabel 7. Tabel Silang Hubungan Pendidikan Kesehatan Dengan Pengetahuan Lansia Di Posyandu Lansia Nagori Dusun Ulu Kecamatan Ujung Padang Kabupaten Simalungun**

No	Pendidikan Kesehatan	Pengetahuan						Jmlah	%	P value
		Baik		Cukup		Kurang				
		f	%	f	%	f	%			
1	Pernah	30	30,3	21	21,2	3	3	54	54,5	0,000
2	Tidak Pernah	5	5,1	23	23,2	17	17,2	45	45,5	
	Jumlah	35	35,4	44	44,4	20	20,2	99	100	

Dari hasil tabel 57 dapat diketahui bahwa dari 54 responden (54,5%) yang pernah mendapatkan pendidikan kesehatan mayoritas mempunyai pengetahuan baik yaitu 30 orang (30,3%) minoritas mempunyai pengetahuan kurang yaitu 3 orang (3%), dari 45 orang (45%) yang tidak pernah mendapatkan pendidikan kesehatan mayoritas mempunyai pengetahuan cukup yaitu sebanyak 23 orang (23,2%) minoritas mempunyai pengetahuan baik yaitu sebanyak 5 orang (5,1%).

Dari hasil uji *chisquare* tabel silang pendidikan kesehatan dengan pengetahuan maka didapat nilai p value 0,000. Dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan mempunyai hubungan terhadap pengetahuan lansia di posyandu lansia Nagori Dusun Ulu Kecamatan Ujung Padang Kabupaten Simalungun Tahun 2016, karena p value < 0,05.

Menurut data Kementerian Kesehatan RI (2009) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia terus terjadi peningkatan. Peningkatan ini dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan individu dalam mencegah terjadinya hipertensi. Pengetahuan didapat dari berbagai sumber, termasuk melalui penyuluhan kesehatan yang dilakukan oleh petugas kesehatan baik di rumah sakit, puskesmas maupun sentra pelayanan kesehatan lainnya.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai hubungan pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan lansia tentang cara pencegahan hipertensi di posyandu lansia Nagori Dusun Ulu Kecamatan Ujung Padang Kabupaten Simalungun dengan 99 responden maka dapat dibahas sebagai berikut:

Pendidikan kesehatan mempunyai hubungan terhadap pengetahuan lansia di Posyandu Lansia Nagori Dusun Ulu Kecamatan Ujung Padang Kabupaten Simalungun, karena p value < 0,05.

Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi. Dengan pendidikan tinggi maka seseorang akan cenderung mendapatkan informasi, baik dari orang lain maupun dari media massa. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang berpendidikan tinggi, maka orang tersebut semakin luas pengetahuannya<sup>(8)</sup>

Pendidikan kesehatan dapat bermanfaat agar lansia dapat menetapkan masalah dan kebutuhan mereka sendiri, memahami apa yang dapat mereka lakukan terhadap masalahnya, dengan sumber daya yang ada pada mereka ditambah dengan dukungan dari luar dan memutuskan kegiatan yang paling tepat guna untuk meningkatkan taraf hidupsehat dan kesejahteraan masyarakat sehingga kesejahteraan lansia terpenuhi.

## KESIMPULAN

1. Mayoritas responden mempunyai umur 65-70 tahun
2. Mayoritas responden mempunyai jenis kelamin perempuan
3. Mayoritas responden mempunyai pekerjaan sebagai pensiunan PNS, pedagang/wiraswasta dan petani
4. Mayoritas responden mempunyai pendidikan SMP dan SMA
5. Mayoritas responden pernah mendapat pendidikan kesehatan
6. Mayoritas responden mempunyai pengetahuan cukup

7. Pendidikan kesehatan mempunyai hubungan terhadap pengetahuan lansia di posyandu lansia Nagori Dusun Ulu Kecamatan Ujung Padang Kabupaten Simalungun

#### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Anna, Palmer. Simple guide: Tekanan Darah Tinggi, Jakarta: Erlangga. 2007.
2. Andra. Ancaman Serius Hipertensi di Indonesia. [http://www.majalahfarmacia.com/rubrik/one\\_news.asp?IDNews=256](http://www.majalahfarmacia.com/rubrik/one_news.asp?IDNews=256), diakses 24 Mei 2016. 2007.
3. Anggraini D.A, W. A. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien yang Berobat di Poliklinik Dewasa Puskesmas Bangkinang Periode Januari sampa Juni 2008. Riau: Universitas Riau. 2009.
4. Arikunto. Prosedur Penelitian. Jakarta. Rhineka Cipta. 2006.
5. Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktik. Jakarta. Rhineka Cipta. 2010.
6. Azizah. Keperawatan Lanjut Usia. Yogyakarta: Graha Ilmu. 2011.
7. Azwar, S. Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya. Yogyakarta Pustaka Pelajar. 2006.
8. Brunner dan Suddarth. Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8 Volume 2. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC. 2012.
9. Depkes RI, 2006. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta
10. Sistem Kesehatan Nasional. Jakarta
11. Fitriani, S. 2011. Promosi Kesehatan. Cetakan 1. Yogyakarta: Graha Ilmu
12. Hanns Peter. 2008. Hipertensi. PT Bhuana Ilmu Populer. Gramedia. Jakarta
13. Hidayat, A. A. 2009. Metode Penelitian Keperawatan. Jakarta Salemba Medika