

Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahaun Tentang Gizi Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal Kota Medan

Mona Hastuti

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Malahayati Medan

Monahastuti77@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM) yang menjadi masalah kesehatan penting di seluruh dunia karena distribusinya yang tinggi dan terus meningkat tekanan darah arteri yang persisten diatas 140/90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat. Penyebab hipertensi bisa berasal dari pola hidup, usia, dan keturunan. Jenis hipertensi yaitu hipertensi primer dan esensial. Kedua jenis hipertensi tersebut membutuhkan penanganan rutin. Jenis penelitian ini penelitian kuantitatif dengan pendekatan yang digunakan adalah cross sectional study. Kegiatan penelitian ini dilakukan pada Agustus 2024 di Puskesmas Medan Sunggal. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal pada Agustus 2024 berjumlah 50 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik accidental sampling yaitu sampel yang ditemukan pada saat kegiatan penelitian sedang berlangsung yaitu berjumlah 50 orang. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Pada hasil uji Chi Square didapatkan nilai $p=0,002$ ($p<0.05$), maka ada hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal.

Kata Kunci : Pengetahuan, Kepatuhan diet, Pasien Hipertensi

ABSTRACT

Hypertension is one of the Non-Communicable Diseases (NCDs) which is an important health problem worldwide due to its high distribution and increasing persistent arterial blood pressure above 140/90 mmHg on two measurements with an interval of five minutes in a state of sufficient rest. The causes of hypertension can come from lifestyle, age, and heredity. The types of hypertension are primary and essential hypertension. Both types of hypertension require routine treatment. This type of research is quantitative research with the approach used is a cross-sectional study. This research activity was carried out in August 2024 at the Medan Sunggal Health Center. The population in this study were hypertensive patients at the Medan Sunggal Health Center in August 2024 totaling 50 people. The sampling technique in this study used the accidental sampling technique, namely the sample found while the research activity was in progress, amounting to 50 people. The data collection tool in this study used a questionnaire. The results of the Chi Square test obtained a p value = 0.002 ($p < 0.05$), so there is a relationship between the level of nutritional knowledge and dietary compliance in hypertensive patients at the Medan Sunggal Health Center.

Keywords : Knowledge, Diet compliance, Hypertension patients

I. PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

World Health Organization tahun (2018), diseluruh dunia, sekitar 972 juta orang atau 26,4% mengidap penyakit hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2021 (pertama,2016). Diperkirakan setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi. Di Indonesia estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%) (Risikodes Kementerian Kesehatan RI,2018). Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan suatu keadaan dimana terjadinya peningkatan tekanan darah yang tidak normal dalam pembuluh darah arteri dan terjadi secara terus menerus. Hipertensi merupakan salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM) yang menjadi masalah kesehatan penting di seluruh dunia karena distribusinya yang tinggi dan terus meningkat. Tingginya angka kejadian hipertensi yang ada di Indonesia namun upaya untuk mengendalikan hipertensi tersebut masih kurang, perlu adanya berbagai macam upaya yang bisa dilakukan untuk mengendalikan angka kejadian hipertensi yang tinggi tersebut sehingga dapat menekan angka hipertensi (Andri et al., 2018; Sartika et al., 2018). Indikator program pencegahan dan penegendalian PTM tentang mengurangi sepertiga angka kematian PTM pada tahun 2030, sekarang telah didapatkan data penurunan distribusi hipertensi yang masih jauh dari target, yaitu dari 25,8% (2013) menjadi 24,4% (2019). Banyak faktor risiko sebagai penyebab penyakit hipertensi. Adapun faktor risiko terjadinya hipertensi dapat dibedakan atas faktor risiko yang tidak dapat diubah (seperti keturunan atau genetik, jenis kelamin, dan umur) dan faktor risiko yang dapat diubah seperti kegemukan atau obesitas, kurang olahraga atau aktivitas fisik, merokok, stres, konsumsi alkohol dan konsumsi garam (Sarumaha, 2018). Individu dengan riwayat keluarga hipertensi mempunyai resiko 2 kali lebih besar untuk menderita hipertensi dari pada orang yang tidak mempunyai keluarga dengan riwayat hipertensi. Hipertensi meningkat seiring dengan pertambahan usia, dan pria memiliki resiko lebih tinggi untuk menderita hipertensi lebih awal. Obesitas juga dapat meningkatkan kejadian hipertensi, hal ini disebabkan lemak dapat menimbulkan sumbatan pada pembuluh darah sehingga dapat meningkatkan tekanan darah secara bertahap. Asupan garam yang tinggi akan menyebabkan pengeluaran kelebihan dari hormon natriouretik yang secara tidak langsung akan meningkatkan tekanan darah. Asupan garam antara 5-15 gram perhari juga dapat meningkatkan prevalensi hipertensi sebesar 15-20%, Kebiasaan merokok berpengaruh dalam meningkatkan resiko hipertensi walaupun mekanisme timbulnya hipertensi belum diketahui secara pasti (Pramana, 2016). Dampak dari hipertensi bila tidak segera diatasi dapat mengakibatkan kelainan yang fatal. Kelainan itu misalnya, kelainan pembuluh darah, jantung (kardiovaskuler) dan gangguan ginjal, bahkan pecahnya pembuluh darah kapiler di otak atau lebih biasa disebut dengan stroke dan berakhir dengan kematian. Hipertensi dapat dikendalikan dengan pengobatan farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan farmakologi merupakan pengobatan menggunakan obat anti hipertensi untuk menurunkan tekanan darah.

2. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana pelaksanaan penelitian dengan judul Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal Kota Medan dapat dilaksanakan dengan baik.

3. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan hasil penelitian dari judul Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal Kota Medan.

4. Manfaat Penelitian

Manfaat yang didapat dari penelitian ini adalah Sebagai bahan masukan dalam meningkatkan pelayanan keperawatan tentang penelitian judul Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal Kota Medan.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian Quasy Eksperiment. Desain penelitian yang digunakan adalah *pre and post test group design with control group*. Kegiatan penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus tahun 2024. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Medan Sunggal. Adapun alasan pemilihan lokasi ini karena tingginya jumlah pasien yang berobat berulang dengan keluhan penyakit hipertensi. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal pada Agustus 2024 yang berjumlah 50 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling* yaitu sampel yang ditemukan pada saat kegiatan penelitian sedang berlangsung yaitu berjumlah 50 orang.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pusat Kesehatan Masyarakat (PUSKESMAS) Medan Sunggal adalah Institusi Pelayanan Kesehatan Pemerintah Kota Medan yang menyelenggarakan pelayanan kesehatan perorangan secara paripurna. Menyediakan pelayanan rawat inap, rawat jalan dan gawat darurat. Puskesmas Medan Sunggal beralamat di Jl. Pinang Baris No. 250, Kelurahan Lalang, Kecamatan Medan Sunggal Kota Medan, Propinsi Sumatera Utara.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia Responden di Puskesmas Medan Sunggal

Usia	Frekuensi	Persentase
40-50 tahun	18	60 %
> 50 tahun	12	40 %
Jumlah	30	100 %

Data penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal berada pada rentang usia 40-50 tahun yaitu 18 orang (60%), dan sebagian kecil responden hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal berada pada rentang usia >50 tahun yaitu 12 orang (40%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pekerjaan Responden di Puskesmas Medan Sunggal

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
Wiraswasta	10	33,3 %

PNS	4	13,3 %
Pegawai swasta	16	53,4 %
Jumlah	30	100 %

Data penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal bekerja sebagai pegawai swasta yaitu 16 orang (53,4%), dan sebagian kecil responden hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal bekerja sebagai PNS yaitu 4 orang (13,3%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pendidikan Responden di Puskesmas Medan Sunggal

Pendidikan	Frekuensi	Persentase
Rendah (SD-SMP)	10	20 %
Sedang (SMA)	25	50 %
Tinggi (D3/S1)	15	30 %
Jumlah	50	100 %

Data penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal memiliki kategori pendidikan sedang yaitu 15 orang (50%), dan sebagian kecil responden hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal memiliki kategori pendidikan rendah yaitu 6 orang (20%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Kelompok Kontrol tentang Gizi pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal Kota Medan Sebelum dan Sesudah diberikan Penyuluhan Kesehatan Media Leaflet.

Nama variable	N	$\bar{x}$	p.	Beda rerata	IK 95 % bagi beda rerata
Fungsi paru					
• Pre • test	15	7,13	0,061	0,0	[-5,233;-4,201]
• Post • test	15	7,13			

Berdasarkan tabel diatas diketahui dari 15 responden kelompok intervensi didapatkan mean pretest tingkat pengetahuan 7,34 dan mean posttest tingkat pengetahuan meningkat menjadi 10,75 dengan beda rerata 3,0. Indeks kepercayaan terendah -5,824 dan tertinggi -4.425. Berdasarkan hasil uji didapatkan nilai signifikansi $p=0,001$ ($p<0,05$), maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan tingkat pengetahuan yang bermakna pada kelompok intervensi sebelum diberikan penyuluhan kesehatan dengan setelah diberikan penyuluhan

Hastuti M : Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal Kota Medan

kesehatan. Hasil uji menunjukkan bahwa nilai $p \text{ value} = 0,001 < 0,05$. maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima atau ada Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan tentang Gizi pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal Kota Medan

IV. KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah :

- a. Tingkat pengetahuan pasien hipertensi kelompok intervensi di Puskesmas Medan Sunggal sebelum diberikan tehnik fisioterapi dada didapatkan mean pretest fungsi paru 7,34.
- b. Tingkat pengetahuan pasien hipertensi kelompok intervensi di Puskesmas Medan Sunggal setelah diberikan tehnik fisioterapi dada didapatkan mean posttest fungsi paru 10,75.
- c. Ada Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan tentang Gizi pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal Kota Medan. Hasil uji T diperoleh nilai p value = $0,001 < 0,05$. Beda rerata didapatkan 3,0 dengan nilai indeks kepercayaan terendah -5,824 dan tertinggi -4.425

Hastuti M : Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Gizi Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal Kota Medan

DAFTAR PUSTAKA

- Infodatin. (2018). hipertensi. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
- Kemenkes RI. (2014). Pelayanan Kesehatan Hipertensi. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018.
- Maulana, Mirza 2008, Penyakit Jantung, Katahati, Jakarta.
- Muryati and Yahya, S (2018). Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Pegunungan dan Pesisir Kabupaten Bulukumba.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan, Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Nurarif, A. Huda Dan Kusuma, Hadi. (2013). aplikasi asuhan keperawatan berdasarkan diagnosa medis & nanda nic-noc.jakarta: mediacion publishing.
- Nursalam, 2009. Konsep & penerapan metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: Salemba Medika.
- PERKI, 2015, Pedoman Tatalaksana Hipertensi pada Penyakit Kardiovaskular, edisi pert., Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia, Jakarta.
- P2PTM, D. (2019) 'Buku Pedoman Penyakit Tidak Menular'.
- Pramana, K. D., dkk. (2016). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kejadian Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Senjarawi Bandung. Jurnal Ilmu Keperawatan. Vol. IV, No. 2, September 2016.
- Puskesmas Simalingkar Kota Medan. Data Penderita Hipertensi 2022.
- Santosa, L., Chasani, S. and Pramudo, S. (2016) 'Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kenduruan, Kabupaten Tuban', Jurnal Kedokteran Diponegoro, 5(4), pp. 1182–1191.
- Sarumaha, (2018). Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda di UPTD Puskesmas Perawatan Plus Teluk Dalam Kabupaten Nias Selatan.
- Sudarsono, E. K. R. et al. (2017) 'Peningkatan Pengetahuan Terkait Hipertensi Guna Perbaikan Tekanan Darah pada Pemuda di Dusun Japanan, Margodadi
- Tedjakusumana, P., (2012). Tata laksanahipertensi. Departemen Kardiologi. CDK-192/ vol.39 no 4, 2012.
- WHO (2015). The work of WHO in the south-east asia region. Journalism, S.

Accepted Date	Revised Date	Decided Date	Accepted to Publish
20 November 2024	27 November 2024	13 Desember 2024	Ya