



PENGARUH EDUKASI TENTANG HIPERTENSI PADA REMAJA

Yeni Isnaeni^{1*}, Agung Rejecky², Pipin Nurhayati¹

¹Program Studi Keperawatan, STIKes Surya Global Yogyakarta, Jln Ringroad Selatan Blado, Jl. Monumen Perjuangan, Balong Lor, Potorono, Banguntapan, Bantul, Yogyakarta 55194, Indonesia

²RS Paru Respira Yogyakarta, Jl. Panembahan Senopati No.4, Dagarang, Palbapang, Bantul, Yogyakarta 55713, Indonesia

*eniisnaeni09@gmail.com

ABSTRAK

Peningkatan tekanan darah atau hipertensi pada remaja adalah masalah kesehatan yang sedang berkembang dan sering kali diabaikan. Screening dan pemantauan tekanan darah dilakukan untuk mengkonfirmasi hipertensi pada remaja. Edukasi merupakan salah satu cara dalam upaya preventif pengendalian hipertensi pada remaja. Tujuan untuk Mengetahui pengaruh edukasi tentang hipertensi pada remaja. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode *pre-experimental design tipe one grup pretest-posttest*. Penelitian dilakukan pada bulan Juni 2023 di Perumahan Banguntapan Asri, Jambidan, Banguntapan, dengan jumlah responden 30 remaja putra dan putri. Total sampling digunakan dalam penelitian ini, *Paired-Samples T Test* digunakan sebagai uji analisis dalam penelitian ini. Hasil menunjukkan rerata pretest yaitu 44,00, setelah dilakukan intervensi, hasil rerata post test yaitu 93,33. Hasil uji analisis *Paired-Samples T Test* menunjukkan paired value 0,00 ($<0,05$), yang dapat diartikan intervensi yang dilakukan memiliki signifikansi dalam meningkatkan pengetahuan. Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa edukasi dapat meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi pada remaja

Kata kunci: edukasi; hipertensi; remaja

THE EFFECT OF EDUCATION ON HYPERTENSION IN ADOLESCENTS

ABSTRACT

Increased blood pressure or hypertension in adolescents is a growing health problem and is often overlooked. Screening and monitoring of blood pressure is carried out to confirm hypertension in adolescents. Education is one way of preventing hypertension in adolescents. This study aims to determine the effect of education about hypertension in adolescents. This research is a quantitative study using the pre-experimental design type one pretest-posttest group. The research was conducted in June 2023 at the Banguntapan Asri Housing Complex, Jambidan, Banguntapan, with a total of 30 young men and women as respondents. Total sampling was used in this study, Paired-Samples T Test is used as an analytical test in this study. The results showed that the pretest average was 44.00, after the intervention, the post-test average result was 93.33. The results of the Paired-Samples T Test analysis showed a paired value of 0.00 (<0.05), which could be interpreted as having a significant intervention in increasing knowledge.

Keywords: adolescents; education; hypertension

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi prioritas penanganan kesehatan secara global. Hipertensi merupakan kondisi dimana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan diastolik ≥ 90 mmHg (Rosela, 2014). Hipertensi disebut sebagai penyebab kematian nomor satu di dunia. Hal ini disebabkan karena hipertensi merupakan faktor resiko utama dari beberapa penyakit seperti kardiovaskuler, stroke, dan gagal ginjal (Kemenkes RI, 2019). Di Indonesia, hipertensi sering diidentikkan sebagai kondisi

yang hanya terjadi pada orang tua, hipertensi sebetulnya dapat terjadi pada segala usia. Artinya, remaja dan dewasa muda tak lepas dari bayang-bayang penyakit hipertensi (Nitish, 2020). Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menunjukkan bahwa hipertensi terjadi pada usia diatas 18 tahun sebesar 34,1% (Riskesdas, 2018). Data tersebut menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dimana data Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 menunjukkan kejadian hipertensi pada usia diatas 18 tahun sebesar 25,8% (Kemenkes RI, 2013).

Prevalensi hipertensi di Daerah Istimewa Yogyakarta cukup tinggi. Data dari Surveilans Terpadu Penyakit (STP) tahun 2017 menunjukkan bahwa hipertensi merupakan 10 besar penyakit yang sering terjadi, secara berurutan yaitu hipertensi, diare, influenza, diabetes mellitus, tifus perut klinis, pneumonia, tersangka tuberkulosis (TBC) paru, demam dengue, diare berdarah (disentri), dengan 61,054 kasus hipertensi terjadi pada usia diatas 18 tahun. Angka ini akan terus bertambah seiring dengan pola hidup yang tidak sehat seperti merokok dan pola makan yang tidak teratur (Dinkes DIY, 2017)

Masa dewasa muda adalah masa pencarian kemandirian dan masa reproduktif yaitu suatu masa yang penuh dengan masalah, ketegangan emosional, periode isolasi sosial, periode komitmen dan masa ketergantungan, perubahan nilai-nilai, kreativitas dan penyesuaian diri pada pola hidup baru. Menurut Hurlock masa dewasa muda dimulai dari umur 18 tahun sampai sekitar 40 tahun. Sedangkan, menurut sumber lain disampaikan bahwa perkembangan dewasa muda ialah mereka yang berusia 19 tahun sampai 25 tahun (Putri, 2019). Perawat komunitas memiliki peran penting dalam pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi (Astuti, 2021). Pendidikan kesehatan penyakit hipertensi merupakan sarana memberikan pemahaman penyakit hipertensi kepada remaja dalam upaya menurunkan faktor resiko terjadinya penyakit hipertensi pada remaja. Sehingga dari paparan latar belakang di atas, perlu dilakukan penelitian tentang “Pengaruh Edukasi Tentang Hipertensi Pada Remaja”. Penelitian ini bertujuan untuk lebih dalam mengetahui pengaruh edukasi tentang hipertensi pada remaja di Perumahan Banguntapan Asri, Jambidan, Banguntapan Bantul, sehingga dapat memberikan informasi guna mengembangkan edukasi terkait hipertensi kepada remaja. Hasil penelitian diharapkan juga dapat digunakan sebagai dasar penatalaksanaan pencegahan dini hipertensi.

Dari Abu Hurairah radhiallu’anh, Rasulullah SAW bersabda :

الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيْرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللَّهِ مِنَ الْمُؤْمِنِ الضَّعِيفِ وَفِي كُلِّ خَيْرٍ احْرَصْ عَلَى مَا يَنْفَعُكَ وَاسْتَعِزْ بِاللَّهِ وَلَا تَعْجِزْ وَإِنْ أَصَابَكَ شَيْءٌ فَلَا تَقُلْ لَوْ أَنِّي فَعَلْتُ كَذَا وَكَذَا وَلَكِنْ قُلْ قَدَرُ اللَّهِ وَمَا شَاءَ فَعَلَ فَإِنْ لَوْ تَفْتَحُ عَمَلَ الشَّيْطَانِ

“Mukmin yang kuat lebih baik dan lebih dicintai oleh Allah daripada mukmin yang lemah. Namun, keduanya tetap memiliki kebaikan. Bersemangatlah atas hal-hal yang bermanfaat bagimu. Minta tolonglah pada Allah, jangan engkau lemah. Jika engkau tertimpa suatu musibah, maka janganlah engkau katakan: ‘Seandainya aku lakukan demikian dan demikian.’ Akan tetapi hendaklah kau katakan: ‘Ini sudah jadi takdir Allah. Setiap apa yang telah Dia kehendaki pasti terjadi.’ Karena perkataan law (seandainya) dapat membuka pintu setan.”

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode pre-experimental design tipe one grup pretest-posttest. Penelitian dilakukan pada bulan Juni 2023 di Perumahan Banguntapan Asri, Jambidan, Banguntapan, dengan jumlah responden 30 remaja putra dan putri. Total sampling digunakan dalam penelitian ini, , Paired-Samples T Test digunakan sebagai uji analisis dalam penelitian ini. Penelitian ini menggunakan kuesioner untuk mengetahui pengaruh edukasi terhadap tingkat pengetahuan remaja,

Kuesioner telah dilakukan uji validitas dan reabilitas dan hasilnya adalah valid. Pada kuesioner pengetahuan tentang hipertensi dari 10 soal didapatkan valid dengan nilai 0,655 dan uji reabilitas yaitu 0,686 yang dapat disimpulkan instrument penelitian reliabel dan dapat digunakan. Di dalam penelitian ini dilakukan test sebanyak dua kali, yaitu sebelum diberi perlakuan disebut pretest dan sesudah perlakuan disebut pascates/ posttest. Uji analisa menggunakan SPSS Paired-Samples T Test. Sample pada penelitian ini adalah remaja di perumahan Banguntapan Asri Bantul Yogyakarta. Sedangkan untuk pengambilan data dalam penelitian adalah total sampling dengan jumlah 30 responden engan kriteria yaitu remaja putra dan putri usia 12-20 tahun, berdomisili di Perumahan Banguntapan Asri, dan tidak sedang atau pernah menempuh pendidikan berbasis kesehatan. Lokasi penelitian di Perumahan Banguntapan Asri Bantul Yogyakarta yang dilakukan pada bulan Juni 2023.

HASIL

Tabel 1
Karakteristik Responden penelitian berdasarkan Usia, Jenis Kelamin dan Pendidikan

Karakteristik	f	%
Usia		
13 tahun	2	6,66
14 tahun	5	16,66
15 tahun	6	20,0
16 tahun	5	16,66
17 tahun	4	13,33
18 tahun	7	23,33
19 tahun	1	3,33
Pendidikan		
SMP	12	40,0
SMA	16	53,33
Perguruan Tinggi	2	6,66
Jenis Kelamin		
Laki-laki	13	43,33
Perempuan	17	56,66

Tabel 1, sebagian besar responden berusia 18 tahun, pendidikan SMA, perempuan, pekerjaan IRT.

Tabel 2.
Karakteristik keluarga responden yang memiliki hipertensi

Karakteristik	f	%
Tidak ada	9	30
Kakek	4	13,3
Nenek	7	23,3
Ayah	5	16,7
Ibu	5	16,7
Saudara Kandung	0	0

Berdasarkan karakteristik usia remaja pada tabel 1 diatas, menunjukkan gambaran keluarga responden yang memiliki hipertensi adalah nenek sebanyak 23,3%, Ayah dan ibu sebanyak 16,7%, Kakek sebanyak 13,3% dan tidak ada dengan prosentase 30%.

Tabel 3.
Analisa statistik menggunakan Paired Test

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Sebelum Dilakukan Edukasi	44.000	30	18.68062	3.41060
Setelah Dilakukan Edukasi	93.333	30	8.84087	1.61411

Tabel 4.
Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Sebelum Dilakukan Edukasi & Setelah Dilakukan Edukasi	30	.188	.320

Tabel 5.
Paired Samples Test

		Paired Differences			95% Confidence		t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper			
Pair 1	Sebelum Dilakukan Edukasi - Setelah Dilakukan Edukasi	-49.33333	19.10648	3.48835	-56.46781	-42.19886	-14.142	29	.000

Hasil analisa *Paired Samples T-Test* yaitu *p value* sebesar 0.000 ($p < 0.05$) yang menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada pengaruh antara variabel independen terhadap variabel dependen. Dalam penelitian ini, edukasi hipertensi berpengaruh terhadap meningkatnya pengetahuan hipertensi pada remaja di Perumahan Banguntapan Asri.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 26 Juni 2023 di Perumahan Banguntapan Asri dengan melibatkan 30 remaja sebagai responden penelitian. Klasifikasi karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin dan pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Responden dalam penelitian ini adalah remaja pertengahan sampai akhir karena memiliki rentang usia 14 sampai dengan 19 tahun. Karakteristik responden berdasarkan pada usia di penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas berusia 18 tahun sebanyak 7 remaja (23,33%), usia 15 tahun sebanyak 6 remaja (20%), berusia 14 dan 16 tahun sebanyak 5 remaja (1,5%), berusia 17 tahun sebanyak 4 remaja (13,33%), berusia 13 tahun sebanyak 2 remaja (0,6%) dan paling sedikit berusia 19 tahun hanya 1 remaja (3,33%). Sedangkan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, 17 responden (56,66%) berjenis kelamin perempuan, dan 13 responden (43,33%) berjenis kelamin laki-laki.

Selama satu dekade terakhir, prevalensi hipertensi pada anak-anak dan remaja meningkat. Hal ini banyak dikaitkan dengan peningkatan obesitas pada anak dan remaja. Perkembangan hipertensi primer banyak dipengaruhi oleh gaya hidup dan faktor genetika. Kurang diketahuinya hipertensi pada anak dan remaja mengakibatkan tidak dilakukannya pengobatan dan pencegahan hipertensi pada anak dan remaja (Matossian, 2018). Remaja termasuk kedalam usia perkembangan dewasa muda yaitu usia < 40 tahun. Pada masa usia ini, diperlukan edukasi untuk pencegahan hipertensi dengan meningkatkan status kesehatan dan mempelajari gaya hidup sehat sejak usia dini (Kawabe, 2019). Dalam penelitian ini menunjukkan perlunya edukasi tentang hipertensi pada remaja, hal ini ditunjukkan oleh nilai rata-rata pretest responden yaitu 44,0. Pada tahun 2045 Indonesia diprediksi mengalami bonus demografi dimana Angkatan usia produktif (15-64 tahun) diperkirakan mencapai angka 68% dari total penduduk, sehingga para pemuda saat berusia 16-30 tahun yang nantinya akan menempati generasi emas sehingga harus dipersiapkan dengan peningkatan kualitas Pendidikan dan kualitas kesehatan. Potensi akan banyaknya pemuda yang kondisi kesehatannya kurang baik pada 20 sampai 25 tahun mendatang cukup memungkinkan dapat terjadi, mengingat data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan peningkatan prevalensi penyakit tidak menular (PTM) pada kelompok usia muda.

Edukasi dalam penelitian ini menggunakan metode ceramah dan diskusi. Peneliti memberikan materi tentang hipertensi dengan melakukan ceramah dan menampilkan materi pada slide power point yang dilanjutkan dengan sesi diskusi. Metode ceramah dan diskusi yang dilakukan peneliti efektif meningkatkan pengetahuan remaja tentang hipertensi, yang dibuktikan dengan peningkatan nilai rata-rata post test. Hal ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh F. N. Yulinda A yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan dengan metode ceramah efektif meningkatkan pengetahuan remaja SMK tentang pengetahuan pemeriksaan payudara sendiri (Sadari) (Yulinda, 2018).

Penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh yang baik dilakukannya edukasi tentang hipertensi terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang hipertensi. Rata-rata nilai pre test responden menunjukkan bahwa pengetahuan responden tentang hipertensi masih kurang. Sedangkan nilai post test setelah dilakukan intervensi menunjukkan peningkatan yang signifikan, yang artinya pemahaman pengetahuan remaja tentang hipertensi meningkat. Usia sangat mempengaruhi kedewasaan seseorang. Hal ini terjadi akibat pematangan fungsi organ. Pasa aspek psikologis atau mental, taraf berfikir seseorang semakin matang dan dewasa. Usia mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang daya tangkap dan pola pikirnya. Sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin membaik, dimana pengetahuan yang diperoleh dengan baik maka akan membentuk perilaku yang baik. Pengetahuan mempunyai peranan penting dalam mengubah dan menguatkan faktor perilaku (presdiposisi, pendukung dan pendorong) sehingga menimbulkan perilaku positif. Hal ini selaras dengan penelitian Saanun yang menyatakan bahwa pengetahuan dapat meningkatkan seseorang untuk berperilaku yang lebih baik (Saanin, 2017). Mawardika pada tahun 2019 juga menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan pada remaja dapat merubah perilaku untuk melakukan atau mengimplementasikan materi yang didapat dari pendidikan kesehatan tentang yang didapatkan (Mawardika, 2019).

Edukasi dalam penelitian ini menggunakan metode ceramah dan diskusi. Peneliti memberikan materi tentang hipertensi dengan melakukan ceramah dan menampilkan materi pada *slide power point* yang dilanjutkan dengan sesi diskusi. Metode ceramah dan diskusi yang dilakukan peneliti efektif meningkatkan pengetahuan remaja tentang hipertensi, yang dibuktikan dengan peningkatan nilai rata-rata post test. Hal ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh F. N. Yulinda A yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan dengan metode ceramah efektif meningkatkan pengetahuan remaja SMK tentang pengetahuan pemeriksaan payudara sendiri (Sadari) (Yulinda, 2018).

SIMPULAN

Edukasi tentang hipertensi berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan hipertensi pada remaja. Peneliti merekomendasikan kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian edukasi tentang hipertensi menggunakan media lain, misalnya media leaflet, video, ataupun yang lainnya, sehingga didapatkan perbandingan media yang paling tepat untuk edukasi tentang hipertensi terhadap remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, Verra Widhi, Tasman Tasman, and Lola Felnanda Amri. "Prevalensi Dan Analisis Faktor Risiko Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang." BIMIKI (Berkala Ilmiah Mahasiswa Ilmu Keperawatan Indonesia) 9.1 (2021): 1-9.
- Dinkes, DIY. (2017). Profil Kesehatan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Yogyakarta: Dinas Kesehatan DIY.

- Dr. Nitish, 2020. <https://www.klikdokter.com/info-sehat/read/3627557/hipertensi-juga-bisa-menyerang-usia-muda-ini> sebabnya diakses pada 1 April 2021
- Jannah, R. S. A., 2018. Hipertensi dikalangan dewasa muda; Kejadian Hipertensi Di Tinjau Dari Gaya Hidup Di Kalangan Dewasa Muda.
- Kawabe, H., Azegami, T., Takeda, A., Kanda, T., Saito, I., Saruta, T., & Hirose, H. (2019). Features of and preventive measures against hypertension in the young. *Hypertension research : official journal of the Japanese Society of Hypertension*, 42(7), 935–948. <https://doi.org/10.1038/s41440-019-0229-3>
- Kemenkes, RI. (2013). Pemberantasan Penyakit Menular dan Penyehatan Lingkungan. Jakarta: Direktorat Jenderal PPM&PLP
- Kemenkes RI, “Hasil Utama Riset Kesehata Dasar (RISKESDAS),” 2018. [Online]. Available: https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas_2018_1274.pdf.
- Kemenkes RI, “Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat.” 2019, [Online]. Available: <https://www.kemkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensipenyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html>.
- Matossian D. Pediatric Hypertension. *Pediatr Ann.* 2018 Dec 1;47(12):e499-e503. doi: 10.3928/19382359-20181119-01. PMID: 30543379
- Mawardika, Tina & Indriani, Dian & Liyanovitasari, Liyanovitasari. (2019). Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Melalui Pendidikan Kesehatan Berupa Aplikasi Layanan Keperawatan Kesehatan Reproduksi Remaja (Lawan Roma) Di Smp Wilayah Kerja Puskesmas Bawen Kabupaten Semarang. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*. 8. 99. 10.31596/jcu.v8i2.408.
- Park, J.B., Kario, K., dan Wang, J.G. 2015. Systolic Hypertension: an Increasing Clinical Challenge in Asi. *Hypertension Research*. 38(4) : 227–236.
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35-40.
- Saanun, L. and Sasikome, J. (2017) ‘Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Kesiapsiagaan Dalam Menghadapi Bencana Tanah Longsor Pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 6 Manado’, 5. Available at: <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/14672> (Accessed: 20 Mei 2018)
- Salman, Y. A. R. M. A., 2015. Pola Konsumsi Natrium dan Lemak sebagai Faktor Risiko Terjadinya Penyakit Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kandangan Kecamatan Kandangan Kabupaten Hulu Sungai Selatan. *Jurkessia*, Volume V No.2
- Sihombing, Jumaini Andriana (2020). Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Masyarakat di RT 011 RW 006 Kelurahan Semper Barat, Jakarta Utara Terhadap Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Widya Kesehatan dan Lingkungan*. Vol 1 No.3.
- Warjiman, W., Unja, E. E., Gabrilinda, Y., & Hapsari, F. D. (2020). SKRINING DAN EDUKASI PENDERITA HIPERTENSI. *Jurnal Suaka Insan Mengabdi (JSIM)*, 2(1), 15-26.