



Gambaran Pengetahuan Lansia Tentang Pencegahan Hipertensi Di Posyandu Lansia Kelurahan Bangsal Kecamatan Pesantren Kota Kediri

Vivien Dwi Purnamasari¹⁾

¹⁾Kesehatan Masyarakat, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

vivien.purnamasari@iik.ac.id

ARTICEL INFO

Accepted :03 Juni 2022

Approve :25 Juni 2022

Publish :30 Juni 2022

ABSTRACT

Indonesia is a country that has a large area with a very large population. This is a challenge in itself for the achievement of the goals of welfare development through Healthy Indonesia 2013, namely to increase awareness, willingness and ability to live healthy for everyone in order to realize an optimal level of public health through the creation of an Indonesian society, nation and state which is characterized by its population living in an environmentally friendly environment. and with optimal health behavior. This study aims to obtain a general description of the level of knowledge of the elderly about hypertension prevention in the Elderly Posyandu Kelurahan Bangsal, Kecamatan Pesantren Kota Kediri. The research design used is a descriptive method that aims to describe the state or status of the phenomenon. In this case, the researcher only wants to know things related to the state of something. This study uses a descriptive research design that will measure the knowledge of the elderly about hypertension prevention. Of the 54 respondents, most of the respondents were female as many as 40 respondents, aged 46-55 years as many as 31 respondents, educated with a junior high school graduate/equivalent as many as 21 respondents, married status as many as 37 respondents, with work as self-employed as many as 13 respondents, did not have smoking habits were 31 respondents, and had a family history of hypertension as many as 31 respondents. Most of the respondents have sufficient knowledge as many as 33 respondents. This research is expected to develop information, especially regarding knowledge of its relationship to hypertension. The Posyandu for the elderly and the Puskesmas are to improve communication skills for health workers so that they can provide counseling or health education about the knowledge and attitudes of the elderly about preventing hypertension.

Keywords: Knowledge, elderly, hypertension

ABSTRAK

Indonesia merupakan negara yang memiliki wilayah yang luas dengan jumlah penduduk yang sangat besar. Hal ini menjadi tantangan tersendiri bagi tercapainya tujuan pembangunan kesejahteraan melalui Indonesia sehat 2013, yaitu untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang optimal melalui terciptanya masyarakat, bangsa dan negara Indonesia yang ditandai oleh penduduknya hidup dalam lingkungan dan dengan perilaku kesehatan yang optimal. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran secara umum tingkat pengetahuan lansia tentang pencegahan hipertensi di Posyandu Lansia Kelurahan Bangsal kecamatan Pesantren Kota Kediri. Desain penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif yang berujuan untuk menggambarkan keadaan atau status fenomena. Dalam hal ini peneliti hanya ingin mengetahui hal-hal yang berhubungan dengan keadaan sesuatu. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif yang akan mengukur pengetahuan lansia tentang pencegahan hipertensi. Dari 54 responden diperoleh sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 40 responden,



berusia 46-55 tahun sebanyak 31 responden, berpendidikan dengan tamat SMP/ sederajat sebanyak 21 responden, berstatus sudah menikah sebanyak 37 responden, dengan pekerjaan sebagai wiraswasta sebanyak 13 responden, tidak memiliki kebiasaan merokok sebanyak 31 responden, dan memiliki riwayat keluarga hipertensi sebanyak 31 responden. Sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup sebanyak 33 responden. Penelitian ini diharapkan dalam pengembangan informasi khususnya tentang pengetahuan hubungannya terhadap hipertensi. Pihak posyandu lansia dan Puskesmas agar meningkatkan kemampuan komunikasi pada petugas kesehatan agar dapat memberikan penyuluhan atau *health education* tentang pengetahuan dan sikap lansia tentang pencegahan hipertensi.

Kata kunci: Pengetahuan, lansia, hipertensi

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan faktor risiko utama penyakit-penyakit sistem peredaran darah yang merupakan penyebab kematian tertinggi. Terdapat banyak faktor yang menyebabkan terjadinya hipertensi pada lansia yaitu umur, genetik, berat badan, konsumsi garam dan aktifitas fisik (Baradero, 2018). Data Depkes RI menunjukkan penyakit hipertensi masih cukup tinggicdengan angka kematian 15,6% dan cenderung meningkat tiap tahunnya. Usia merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi tekanan darah. Risiko terjadinya hipertensi pada lansia rentan pada usia 55-59 tahun, usia 60-64 tahun meningkatkan risiko sebesar 2,18 kali, usia 65-69 tahun 2,45 kali dan usia >70 tahun 2,97 kali (Tuminah, 2009). Hal ini disebabkan lansia semakin bertambahnya usia maka elastisitas kulit dan pembuluh darah akan menurun, menyebabkan terjadinya gangguan seperti kekakuan

sendi-sendi dan aliran darah yang tidak normal menuju ke otak (Gama,dkk., 2014). Terdapat aspek ekonomi, sosial dan biologis dalam mempertimbangkan batasan lanjut usia. Pada aspek biologis penduduk lanjut usia adalah penduduk yang mengalami proses penuaan secara terus menerus yang ditandai dengan menurunnya daya tahan fisik yaitu semakin rentannya terhadap serangan penyakit yang dapat menyebabkan kematian. Hal ini disebabkan terjadinya perubahan dalam struktur dan fungsi sel, ajringan serta sistem organ (BKKBN, 2015). Berdasarkan penelitian bahwa orang tua menderita hipertensi maka keturunannya akan mempunyai 70-80% kemungkinan menderita hipertensi. Selain itu keluarga yang memiliki riwayat hipertensi akan mempunya 4,36 kali lebih berisiko dibandingkan dengan keluarga yang tidak terdapat riwayat hipertensi (Mannan, 2012). Kurangnya aktifitas fisik



juga berpengaruh terhadap penderita hipertensi. Orang yang kurang melakukan aktifitas fisik akan mengalami denyut jantung yang lebih keras saat berkontraksi. Semakin keras otot jantung memompa, makin besar pula tekanan yang dibebankan pada arteri (Anggara dan Prayitno, 2013). Pengelolaan penyakit hipertensi perlu dilakukan pada fasilitas pelayanan kesehatan. Puskesmas harus melakukan skrining sebagai bentuk pencegahan primer untuk dapat meningkatkan kualitas hidup penderita hipertensi (Kemenkes, 2017).

Identifikasi masalah kesehatan yang terjadi di Puskesmas Pesantren 1. Proses identifikasi melihat besaran masalah kesehatan lansia di Posyandu Lansia Kelurahan Bangsal. Identifikasi masalah dilakukan bertujuan untuk menentukan prioritas masalah kesehatan. Identifikasi masalah kesehatan ini dengan menggunakan teknik skoring dari data yang diperoleh Puskesmas Pesantren 1 maupun dari Posyandu Lansia Kelurahan Bangsal. Adapun indikator yang dinilai adalah 1 besar masalah kesehatan yang terjadi di Puskesmas Pesantren 1 seperti berikut:

Tabel 1. Data Rekapitulasi 10 Penyakit Di Puskesmas Pesantren 1

No.	Nama Penyakit	Jumlah (%)	Kasus	Skor
1.	Hipertensi	16,09	2695	1
2.	ISPA	14,25	2387	2
3.	HIV/AIDS	7,82	1309	3
4.	Diabetes Mellitus	6,12	1025	4
5.	Rheumatoid Arthritis	4,41	738	5
6.	Dyspepsia	2,78	465	6
7.	Gastritis	1,84	308	7
8.	Gingivitis & Penyakit Periodontal	1,50	251	8
9.	Cephalgia	1,33	223	9
10.	TB Paru BTA+	1,28	251	10

Berdasarkan rekapitulasi 10 penyakit terbanyak di UPTD Puskesmas Pesantren 1 pada tahun 2021 penyakit terbanyak yaitu hipertensi dengan jumlah 2695 penderita, serta ditunjang dengan adanya data di

Posyandu Lansia di Kelurahan Bangsal Kecamatan Pesantren Kota Kediri sejumlah 54 dari 62 peserta Posyandu Lansia.

METODE PENELITIAN



Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif. Peneliti mengumpulkan data primer dengan menggunakan *survey cross sectional*. Kelebihan dari desain *cross sectional* adalah mudah dilaksanakan, sederhana, ekonomis dalam hal waktu dan hasilnya

dapat diperoleh dengan cepat. Desain *cross sectional* adalah desain penelitian dimana variabel-variabel yang termasuk faktor risiko dan variabel-variabel yang termasuk efek diobservasi sekaligus pada waktu yang sama dan hanya satu waktu.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah gambaran pengetahuan lansia tentang hipertensi di Posyandu Lansia Kelurahan Bangsal Kecamatan Pesantren Kota Kediri. Survei terhadap responden akan dilakukan dengan terlebih dahulu meminta kesediaan responden (*informed consent*) secara verbal dan tertulis untuk mengisi kuesioner data yang diperoleh dari responden akan dijaga kerahasiannya dan hanya untuk kepentingan survei. Teknik pengumpulan data yang digunakan penulis dalam penelitian ini didapatkan sumber data wawancara dengan menggunakan alat kuesioner yang telah disiapkan. Kuesioner

berisi daftar pertanyaan yang dibuat dalam bentuk sederhana dengan metode pertanyaan tertutup yang diberikan kepada responden. Pengambilan sampel dilakukan dengan pengambilan *total sampling*, yaitu teknik yang mengambil semua subyek yang datang dan memenuhi kriteria pemilihan dengan jangka waktu yang ditentukan.

HASIL

Survei yang dilakukan pada 54 lansia di Posyandu Lansia Kelurahan Bangsal Kecamatan Pesantren Kota Kediri diperoleh hasil sebagai berikut:



Tabel 2. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (n=54)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	14	25,9
Perempuan	40	74,1
Umur		
46-55	31	57,4
56-65	21	38,9
>66	2	3,7
Pendidikan terakhir		
Tidak bersekolah	3	5,5
SD/Sederajat	9	16,7
SMP/Sederajat	21	38,9
SMA/Sederajat	16	29,6
Perguruan Tinggi	5	9,3
Status Pernikahan		
Belum Menikah	5	9,3
Sudah Menikah	37	68,5
Duda/Janda	12	22,2
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	11	20,4
Wiraswasta	13	24,1
Petani	7	12,9
Guru	3	5,5
Karyawan	7	12,9
PNS	2	3,7
Buruh	3	5,6
Penjahit	1	1,9
Pensiun	5	9,3
Tidak Bekerja	2	3,7
Kebiasaan Merokok		
Ya	23	42,6
Tidak	31	57,4
Riwayat Keluarga Hipertensi		
Ya	37	68,5
Tidak	17	31,5



(Sumber Data Primer, 2022)

Sebanyak 54 sampel yang diperoleh dari Kelurahan Bangsal Puskesmas Pesantren diperoleh 74,1% responden perempuan dan 25,9% responden laki-laki dengan kelompok usia terbanyak adalah di rentang usia 46 – 55 tahun yaitu 57,4%. Tingkat pendidikan terbanyak dari responden adalah SLTP/ sederajat yaitu 57,4%. Sebanyak 68,5% responden sudah

menikah. Sebagian besar dari responden memiliki pekerjaan wiraswasta 24,1%. Faktor risiko hipertensi yang dinilai pada penelitian ini adalah kebiasaan merokok dan faktor keturunan. Sebanyak 42,6% dari total responden yang memiliki kebiasaan merokok dan sebesar 68,5% mempunyai riwayat hipertensi.



Tabel 3 Pengetahuan Responden Tentang Pencegahan Hipertensi

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	17	31,5
Cukup	33	61,1
Kurang	4	7,4
Total	54	100

(Sumber Data Primer, 2022)

Survei yang dilakukan dalam penelitian yaitu ingin mengetahui pengetahuan tentang tanda dan gejala serta faktor risiko hipertensi pada lansia. Pengetahuan yang dinilai oleh peneliti yaitu pencegahan hipertensi pada lansia di Puskesmas Pesantren Kota Kediri.

Berdasarkan pertanyaan yang disampaikan pada 54 responden, sebesar 61,1% responden berpengetahuan cukup, 31,5% responden berpengetahuan baik dan 7,4% responden berpengetahuan kurang tentang pencegahan hipertensi.



Tabel 4. Pengetahuan Responden Berdasarkan Isi Kuisisioner

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Mengetahui Tekanan Darah Normal	45	83,3
Mengetahui gejala Hipertensi	42	77,7
Mengetahui Stres adalah Penyebab Hipertensi	17	31,5
Mengetahui Hanya Makanan Asin yang menimbulkan Hipertensi	23	42,6

(Sumber Data Primer, 2022)

Berdasarkan dari 54 responden sebagian besar responden sebesar 83,3% sudah mengetahui apa itu nilai tekanan darah normal manusia dan sebesar 77,7% sudah mengetahui gejala hipertensi namun masih belum paham mengenai faktor risiko hipertensi dan jenis makanan yang menimbulkan hipertensi. Sebesar 31,5% responden menjawab faktor risiko hipertensi hanya disebabkan oleh stres. Sebagian besar responden memiliki faktor risiko hipertensi seperti memiliki riwayat, konsumsi garam berlebih, kebiasaan merokok, kurang aktivitas fisik, konsumsi alkohol dan kafein dan penyakit lain. Sebanyak 23 responden menyampaikan bahwa jenis makanan yang asin saja yang dapat menimbulkan hipertensi. Namun responden lain sebanyak 57,4% menyampaikan bahwa jenis makanan asin, kolesterol dan berlemak juga dapat menimbulkan hipertensi.

PEMBAHASAN

Hipertensi banyak terjadi pada kategori usia lansia dan faktor-faktor risiko pada lansia seperti usia, riwayat penyakit hipertensi dari keluarga, pola makan tinggi garam dan kurangnya aktivitas fisik yang sering dialaminya. Pentingnya aktivitas fisik ringan dan teratur dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi (Izhar, 2017, Ohkubi & Nagatomi, 2001; Lin et al, 2009; WHO, 2013). Hipertensi didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah sistolik lebih besar atau sama dengan 140 mmHg, dan peningkatan tekanan diastolik lebih besar atau sama dengan 90 mm (Kasper et al. Harrison's, 2005). Selain itu perlu diberikan edukasi tentang faktor risiko hipertensi bukan hanya disebabkan oleh stres namun ada faktor-faktor lain yang mempunyai risiko hipertensi yaitu kurang aktivitas fisik, kegemukan,



konsumsi makanan yang asin dan berkolesterol tinggi. Pengetahuan terkait hipertensi dapat diartikan sebagai hasil dari pengetahuan responden meliputi definisi, seseorang. Pada penelitian ini sebagian besar 61,1% memiliki pengetahuan yang cukup dalam pencegahan hipertensi. Pengetahuan juga dipengaruhi oleh beberapa faktor pengalaman (diri sendiri dan orang lain) serta sumber informasi (Saidah LN, 2017). Semakin tinggi pengetahuan maka semakin tinggi kepedulian seseorang untuk menjaga kesehatannya (Mukaromah, Hartati, Maimunah, 2017). Pengetahuan juga dapat dipengaruhi oleh faktor informasi yang diterima baik maka semakin baik pengetahuan seseorang. Responden dengan riwayat keluarga yang menderita hipertensi berisiko lebih besar mengalami hipertensi dibandingkan responden tanpa riwayat keluarga hipertensi. Pada penelitian ini sebagian besar responden memiliki riwayat keluarga hipertensi dan pengetahuan yang cukup dalam pencegahan hipertensi. Responden memiliki banyak informasi yang diperoleh dari Puskesmas Pesantren dalam kewaspadaan hipertensi selain itu responden dengan riwayat keluarga hipertensi akan memiliki pengalaman dan informasi lebih banyak tentang hipertensi

gejala, faktor risiko dan makanan yang boleh dikonsumsi oleh pasien hipertensi. Pengetahuan tersebut memiliki peranan penting dalam pembentukan perilaku sehingga hal tersebut yang dapat mempengaruhi pengetahuan responden tentang penyakit hipertensi. Pengetahuan responden dalam penelitian ini dalam kategori cukup karena informasi yang diterima masih belum baik karena sebagian besar responden masih belum tahu tentang faktor risiko hipertensi seperti sebagian besar responden masih belum tahu makanan apa saja yang harus harus dihindari dalam pencegahan hipertensi.

KESIMPULAN

Hipertensi merupakan salah satu dari sepuluh penyakit terbanyak di Puskesmas Pesantren Kota Kediri pada tahun 2021. Berdasarkan hasil penelitian mengenai pencegahan hipertensi diperoleh 31,5 % responden berpengetahuan baik, 61,1% responden berpengetahuan cukup dan 7,4% berpengetahuan kurang. Sehingga pengetahuan pada masyarakat Posyandu Lansia Kelurahan Bangsal Kecamatan Pesantren Kota Kediri dikategorikan cukup tentang pencegahan hipertensi.

SARAN



Diharapkan Posyandu Lansia Kelurahan Bangsal dan pihak Puskesmas Pesantren Kota Kediri memberikan edukasi hipertensi secara efektif dan rutin pada posyandu-posyandu lansia dan menyediakan informasi seperti buku, jurnal, media cetak maupun media sosial. Selain itu pihak posyandu lansia dan Puskesmas agar

meningkatkan kemampuan komunikasi pada petugas kesehatan agar dapat memberikan penyuluhan atau *health education* tentang pengetahuan dan sikap lansia tentang pencegahan hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

Bustan, M.N.2000.*Epidemiologi Penyakit Tidak Menular: Epidemiologi Penyakit Jantung*.Rineka Cipta:Jakarta

Kasper et al. Harrison's. *Principles of Internal Medicine 16th ed. The McGraw-Hill Company*: 2005

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.2010.*Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia*:Jakarta

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2015, *Infodatin: Hipertensi*, Departemen Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta diakses pada tanggal 5 Maret 2022
<http://www.depkes.go.id/folder/view/01/structure-publikasi-pusdatin-infodatin.html>

Mukaromah S, Hartati MS, Maimunah S. *Hubungan Pengetahuan Lansia Tentang Pencegahan Hipertensi Dengan Pola Makan Lansia*. J Med Karya Ilm Kesehat. 2017;2(2).

Notoatmodjo S. *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta. Jakarta;2012. 136–148 p.

Rahajeng, E., and S. Tuminah. 2009.*Prevalence of Hypertension and Its Determinants in Indonesia*. Indonesia Medical Journal 59(12): 54-62.

Saidah LN. *Hubungan Perilaku makan Makanan Beragam Sesuai Gizi Seimbang Dengan Kejadian Hipertensi Pada Guru Sekolah Menengah Di Kota Makassar Tahun 2017*. Universitas Hasanuddin. Universitas Hasanuddin; 2017.

Suzana, S., A. Azlinda,S. L. Hin , W. H. Khor, Z. Zahara, M. J. Sa'ida, M.Norliza. 2011.

Influence of food intake and eating habits on hypertension control among outpatients at a government health clinic in the Klang Valley, Malaysia. Malaysia Journal of Nutrition 17(2): 163-173.



Thet M, San S. *Knowledge, Attitude And Practice Of Preventive Behaviour Towards Hypertension Among Myanmar Migrants In Samutsakhon Province, Thailand*. 2017.

UPTD Puskesmas Pesantren (2019) '*Profil UPTD Puskesmas I Tahun 2020*', (94)

World Health Organizaton. 2013.

Definition of an older or older people person. Available Source: <http://www.who.int/healthinfo/survey/ageingdefnolder/en/>, 13 April 2022

Zunic B, Peter S. *Gender and Health*.2018;(2016):267–322.