



TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP LANSIA DALAM UPAYA PENCEGAHAN KEKAMBUIHAN HIPERTENSI

Yustinus Rindu*, Yulianti K. Banhae, Trivonia Srinuwela, Oklan Liunokas

Poltekkes Kemenkes Kupang, Jl. Piet A. Tallo, Kupang, Nusa Tenggara Timur 85361, Indonesia

*yustinusrindu3112@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang sering dialami oleh kelompok lansia, akibat peningkatan tekanan darah yang abnormal secara berkelanjutan, dalam mempertahankan tekanan darah secara normal. Lansia memiliki perilaku yang kurang baik dalam upaya pencegahan hipertensi sehingga berisiko dalam peningkatan terjadinya penyakit kardiovaskular. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan sikap lansia dalam upaya pencegahan kekambuhan hipertensi di Desa Oelomin Wilayah Kerja Puskesmas Nekamese. Metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Besar sampel 59 responden, penelitian dilakukan pada bulan Januari sampai Juni tahun 2022. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian responden memiliki pengetahuan kurang baik sebanyak 25 responden (92,6%) dan sebagian responden mempunyai sikap yang kurang baik sebanyak 27 responden (96,4%). Hasil uji fisher's exact test, bahwa nilai $p\text{-value} = 0,001 < 0,05$ (pengetahuan) dan hasil uji fisher's exact test, bahwa nilai $p\text{-value} = 0,001 < \alpha 0,005$ (sikap) yang artinya terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan sikap lansia dengan upaya pencegahan kekambuhan hipertensi di Desa Oelomin Kecamatan Nekamese, Kabupaten Kupang.

Kata kunci: lansia; pengetahuan; pencegahan hipertensi; sikap

LEVEL OF KNOWLEDGE AND ATTITUDE OF THE ELDERLY IN EFFORT TO PREVENT HYPERTENSION REACTION

ABSTRACT

Hypertension is a degenerative disease that is often experienced by the elderly group, due to an increase in abnormal blood pressure on an ongoing basis, in maintaining normal blood pressure. The elderly have poor behavior in preventing hypertension so they are at risk of increasing the occurrence of cardiovascular disease. The purpose of the study was to determine the relationship between the level of knowledge and attitudes of the elderly in an effort to prevent recurrence of hypertension in Oelomin Village, Nekamese Health Center Work Area. The method used is quantitative research with a cross sectional approach. The sample size is 59 respondents, the study was conducted from January to June 2022. The results showed that some respondents had poor knowledge as many as 25 respondents (92.6%) and some respondents had poor attitudes as many as 27 respondents (96.4%). The fisher's exact test results, that the $p\text{-value} = 0.001 < 0.05$ (knowledge) and the fisher's exact test results, that the $p\text{-value} = 0.001 < 0.005$ (attitude) which means that there is a significant relationship between knowledge and attitude elderly with the prevention of hypertension recurrence in Oelomin Village, Nekamese District, Kupang Regency.

Keywords: attitude; elderly; knowledge; prevention of hypertension

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan masalah kesehatan di seluruh dunia sebagai penyakit tidak menular. Hipertensi menjadi salah satu masalah kesehatan yang membutuhkan perhatian khusus, karena penyakit ini disebabkan oleh gaya hidup individu yang kurang memperhatikan kesehatan (Riskesdas, 2018). Keberhasilan pembangunan suatu bangsa, tercermin dari menurunnya angka

kematian, dan meningkatnya umur harapan hidup (CIA *World*, 2011). Indonesia berada pada urutan 108, dari 191 Negara di dunia dengan umur harapan hidup 70,76 tahun tertulis peningkatan umur harapan hidup (UHH) dari tahun 2016 70,9 tahun, 2017 menjadi 70,06 tahun, 2018 menjadi 71,2 (SKN, 2018).

Propinsi Nusa Tenggara Timur, khususnya di Kota Kupang umur harapan hidup (UHH) adalah 69,3 tahun, pada tahun 2020 umur harapan hidup (UHH) adalah 69,5 tahun dan tahun 2021 menjadi 69,7 tahun (Badan Pusat Statistik, 2019). Berdasarkan umur harapan hidup (UHH) tersebut, maka berpengaruh terhadap peningkatan populasi lansia. Populasi lansia di Indonesia dari tahun ke tahun semakin meningkat, dan hal ini menyebabkan munculnya berbagai masalah kesehatan, karena secara alamiah lansia mengalami penurunan fungsi tubuh akibat proses penuaan, sehingga terjadi labilitas tekanan darah (Nugroho, 2012). Untuk mengatasi kondisi tersebut maka lansia dianjurkan, untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin, untuk mencegah terjadinya penyakit kardiovaskuler khususnya hipertensi (Martono & Pranaka, 2015).

Menurut WHO meningkatnya penyakit tidak menular disebabkan oleh empat faktor risiko utama yaitu pola makan yang tidak sehat, berkurangnya aktivitas fisik, penggunaan tembakau, dan penggunaan alkohol. Penyakit tidak menular menimbulkan konsekuensi kesehatan yang berdampak bagi individu, keluarga dan komunitas, dan mengancam sistem kesehatan. Besarnya biaya yang dikeluarkan akibat Penyakit Tidak Menular (PTM) menyebabkan upaya pencegahan dan pengendalian penyakit (Kemenkes RI, 2019). Menurut data WHO (2018) menunjukkan bahwa sekitar 972 juta jiwa (26,4%) mengidap hipertensi; Prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.Jiwa (25,8%), dan tahun 2018 meningkat menjadi 69,541 Jiwa (34,1%).

Menurut data Riskesdas (2018), kejadian hipertensi di propinsi Nusa Tenggara Timur berjumlah 76,130 kasus (7,2%) sedangkan di Kabupaten Kupang sebanyak 63,327 jiwa (15,74 %). Hipertensi terjadi pada usia 31-44 tahun (31,6%), 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Dari prevalensi hipertensi 34,1% diketahui bahwa 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat dengan alasan: penderita merasa sehat (59,8%), kunjungan tidak teratur ke fasyankes (31,3%), makan obat tradisional (14,5%), 4), terapi lain (12,5%). lupa minum obat (11,5%), tidak mampu beli obat (8,1%),7), efek samping obat (4,5%) dan obat hipertensi tidak tersedia di Fasilitas pelayanan kesehatan (2%).

Data hasil survey bulan Januari 2022 di Desa Oelomin, ditemukan 59 lansia menderita hipertensi yang terdiri dari hipertensi ringan 15 orang (25,42%), sedang 20 orang (33,89%), dan berat 24 orang (40,67). Beberapa upaya yang dilakukan oleh lansia dalam mencegah terjadinya hipertensi meliputi pencegahan primer, sekunder dan tersier salah satunya adalah perilaku lansia dalam upaya pencegahan hipertensi. seperti mengurangi makanan berminyak, kurangi minum kopi, melakukan olahraga secara rutin (Darmajo, 2009). Menurut Nursalam (2013), menegaskan bahwa ada tiga faktor yang digunakan dalam mengidentifikasi perilaku yang berkontribusi terhadap status kesehatan, yaitu faktor predisposisi (*predisposing factors*), faktor pemungkin (*enabling factors*) dan faktor pendukung (*reinforcing factors*). Berdasarkan konsep tersebut menunjukkan bahwa, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku lansia dalam upaya pencegahan hipertensi, dengan perilaku lansia diatas, menunjukkan bahwa, ada masalah yang perlu dikaji lebih mendalam; sehingga perlu dilakukan penelitian tentang: “Tingkat Pengetahuan dan Sikap Lansia dalam Upaya Pencegahan Kekambuhan Hipertensi di Desa Oelomin, Kecamatan Nekamese, Kabupaten Kupang”

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian *kuantitatif*, dengan metode pendekatan *cross sectional* sebagai bentuk penelitian analitik guna mengetahui hubungan antara dua variabel yaitu pengetahuan dan sikap lansia dengan upaya Pencegahan Kekambuhan hipertensi. Populasi dalam riset ini adalah semua lansia yang yang menderita hipertensi yang tinggal di Desa Oelomin, berjumlah 59 orang, sedangkan sampel dalam penelitian ini menggunakan total populasi yaitu 59 responden. Instrumen dalam penelitian adalah kuesioner. Variabel dalam penelitian ini adalah variabel independen terdapat dua yaitu pengetahuan dan sikap, sedangkan variabel dependen adalah upaya pencegahan kekambuhan hipertensi. Pengetahuan diukur dengan menggunakan kuesioner, hasil ukur, Baik, Cukup, kurang. skala ukur ordinal. Sikap diukur dengan kuesioner, hasil ukur yaitu baik, cukup dan kurang dan skala ukur ordinal. Sedangkan kekambuhan hipertensi diukur dengan kuesioner, hasil ukur kambuh dan tidak kambuh, skala ukur yaitu nominal. Data dianalisis menggunakan komputerisasi yang meliputi analisis univariat, untuk mengetahui distribusi frekuensi dan persentase dari masing-masing variabel, berupa karakteristik responden yang meliputi usia, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan.. Sedangkan analisis bivariat digunakan untuk menganalisis hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan upaya pencegahan hipertensi pada lansia dengan menggunakan uji *chi-square : fisher, exat test*.

HASIL

Tabel. 1
Distribusi Responden berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan, Pekerjaan dan Penghasilan

Karateristik Responden	f	%
Umur		
60-69 tahun	22	37,3
70-79 tahun	22	37,3
80-89 tahun	13	3,4
90 tahun keatas	2	22,0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	24	40,7
Perempuan	35	59,3
Pendidikan		
Tidak sekolah	1	1,7
SD	24	40,7
SMP	20	33,9
SMA	12	20,3
PT	2	3,4
Pekerjaan		
PNS/Polri/TNS	3	5,1
Pegawai Swasta	2	3,4
Nelayan	2	3,4
Petani	50	84,7
Wiraswasta	2	3,4
Penghasilan		
Kuang dari 1 juta	54	91,5
1 – 2 juta	3	5,1
Lebih dari 2 juta	2	3,4

Tabel 1 menunjukkan bahwa paling banyak responden lansia berada pada rentang umur 60-69 tahun dan 70-79 tahun masing 22 (37,3%) dan paling sedikit usia responden adalah diatas 90

tahun sebanyak 2 responden (22%). Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 35 orang (59,3%) dan sebagian kecil responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 24 orang (40,7%). Tingkat pendidikan responden paling banyak adalah SD sebanyak 24 orang (40,7%), dan paling sedikit adalah tidak sekolah sebanyak 1 responden (1,7%). Sebagian besar responden bekerja sebagai petani sebanyak 50 orang (84,7%), dan sebagian kecil responden bekerja sebagai Pegawai swasta, Nelayan dan wiraswata masing masing sebanyak 2 orang (3,4%). Sebagian besar responden mempunyai penghasilan kurang dari 1 juta sebanyak 54 orang (91,5%), dan yang sebagian kecil responden mempunyai penghasilan lebih dari 2 juta sebanyak 2 responden (3,4%)

Tabel 2
Hubungan Pengetahuan responden dalam upaya pencegahan kekambuhan hipertensi

	Perilaku Tindakan		Total	p-value	Kesimpulan	
	Kurang Baik	Baik				
Pengetahuan	Kurang Baik	25 92,6%	7 21,9%	32 54,2%	0,001	Bermakna
	Baik	2 7,4%	25 78,1%	27 45,8%		

Keterangan : Nilai *p-value* = 0,001 < α 0,05 hasil uji *Fisher's Exat test*, bermakna

Tabel 2 menunjukkan bahwa lansia yang memiliki pengetahuan yang baik, cenderung akan melakukan upaya pencegahan hipertensi secara rutin, sebaliknya lansia yang memiliki pengetahuan kurang baik, sebagian besar tidak akan melakukan upaya pencegahan hipertensi dengan baik. Hasil uji statistik *Pisher's Exat test*, menunjukkan bahwa nilai *p-value* = 0,001 dan < dari α 0,05; hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan lansia dengan upaya pencegahan hipertensi di Desa Oelomin Kecamatan Nekamese, Kabupaten Kupang. Penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian

Tabel 3.
Hubungan ikap responden dalam upaya pencegahan kekambuhan hipertensi

	Perilaku Tindakan		Total	p-value	Kesimpulan	
	Kurang Baik	Baik				
Sikap	Krg Baik	27 96,4%	1 3,1%	28 47,5%	0,001	Bermakna
	Baik	0 0,0%	31 96,9%	31 52,5%		

Ket: Nilai *p-value* =0,001, < α 0,05 hasil uji *Fisher's Exat test*, bermakna

Tabel 3, menunjukkan bahwa lansia yang memiliki sikap baik, cenderung akan melakukan upaya pencegahan hipertensi secara rutin, sebaliknya lansia yang memiliki sikap kurang baik, cenderung tidak melakukan upaya pencegahan hipertensi dengan baik. Hasil uji statistik *Fisher's Exat test*, diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,001 < α 0,05; hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara sikap lansia dengan upaya pencegahan hipertensi di Desa Oelomin Kecamatan Nekamese, Kabupaten Kupang.

PEMBAHASAN

Analisis Pengetahuan Lansia dengan Upaya Pencegahan Kekambuhan Hipertensi

Pengetahuan adalah hasil tahu terhadap obyek tertentu yang terjadi setelah orang melakukan penginderaan. Penginderaan terjadi melalui alat indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh

melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2011). Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2014). Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behaviour*). Hasil uji statistik *Fisher's Exat test*, menunjukkan bahwa nilai $p\text{-value} = 0,001$ dan $<$ dari $\alpha 0,05$; yang artinya terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan lansia dengan upaya pencegahan hipertensi di Desa Oelomin Kecamatan Nekamese, Kabupaten Kupang. Penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian. Hal ini didukung oleh teori bahwa pengetahuan merupakan hal yang sangat penting untuk memperoleh suatu perilaku yang baik, dengan harapan pengetahuan yang baik akan timbul perilaku yang baik pula (Notoatmodjo 2003). Di pandang dari segi daya ingat dalam Utomo 2013 menjelaskan bahwa seorang lansia terjadi penurunan daya ingat akibat dari proses menua, sedangkan menurut Darmodjo (2005) menilai dari segi psikologi mundurnya daya ingat akibat degenerasi otak dan kemunduran orientasi. Pengetahuan menjadi salah satu hal yang sangat berpengaruh terhadap perilaku kesehatan. Pengetahuan Lansia mengenai hipertensi merupakan salah satu cara untuk mencegah suatu penyakit yang dapat dilakukan dengan cara meningkatkan pengetahuan individu, kelompok atau masyarakat mengenai hipertensi, serta kesadaran yang baik mengenai perawatan hipertensi serta sikap lansia dalam perawatan hipertensi.

Asumsi peneliti bahwa lansia yang memiliki pengetahuan yang baik, cenderung akan melakukan upaya pencegahan hipertensi secara rutin, sebaliknya lansia yang memiliki pengetahuan kurang, sebagian besar tidak akan melakukan upaya pencegahan hipertensi dengan baik seperti makan makanan yang sehat, kurangi konsumsi kafein dan berhenti merokok, olahraga secara teratur dan menjaga berat badan, kurangi makanan berminyak, membatasi makan tinggi lemak dan tidak minum alkohol. Penelitian ini sama dengan penelitian Utomi (2013) tentang hubungan tingkat pengetahuan tentang hipertensi dengan upaya pencegahan kekambuhan hipertensi pada lansia di Desa Blulukan Kecamatan Colomadu Kabupaten Karanganyar; dengan hasil $p\text{ value} = 0,032$ $\alpha < 0,05$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan upaya pencegahan hipertensi. Penelitian sejalan dengan penelitian Priyadarsani dkk, (2021) dengan hasil nilai $p\text{ value} = 0,000$ sehingga nilai $p\text{ value} \leq 0,05$, hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang hipertensi dengan upaya pencegahan kekambuhan hipertensi pada lansia di Puskesmas II Denpasar Utara.

Analisis Sikap Lansia dengan Upaya Pencegahan Kekambuhan Hipertensi

Sikap adalah respon tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu, yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan (Notoadmojo, 2012). Hasil uji statistik *Fisher's Exat test*, diperoleh nilai $p\text{-value}$ sebesar $0,001 < \alpha 0,05$; hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara sikap lansia dengan upaya pencegahan hipertensi di Desa Oelomin Kecamatan Nekamese, Kabupaten Kupang. Menurut teori Notoatmodjo (2007), Sikap sosial terbentuk dari interaksi sosial yang terjadi hubungan saling mempengaruhi antara individu sebagai anggota kelompok sosial dan terjadi hubungan timbal balik yang saling mempengaruhi perilaku setiap individu sebagai anggota masyarakat. Sikap baik dan kurang, dipengaruhi oleh pengalaman individu terhadap lingkungan karena sikap tidak dibawa sejak lahir tetapi dipelajari dan dibentuk atas dasar pengalaman selama proses perkembangan, yang selalu dipengaruhi oleh interaksi manusia. Menurut asumsi peneliti sikap lansia yang baik akan berpengaruh terdapat cara berperilaku lansia khususnya dalam mencegah terjadinya kekambuhan hipertensi. Sikap lansia yang baik akan menentukan perilaku lansia dalam mencegah hal-hal yang dapat mengakibatkan terjadinya kekambuhan hipertensi seperti makan makanan yang sehat, kurangi konsumsi kafein dan berhenti merokok, olahraga secara teratur dan menjaga berat badan, kurangi makanan berminyak, membatasi makan tinggi

lemak dan tidak minum alcohol. Penelitian yang sama menurut Seragih dkk, (2019), Hasil uji statistik menunjukkan bahwa p value $0.000 < 0,05$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap lansia dengan pencegahan hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai dengan

SIMPILAN

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap lansia dengan upaya pencegahan hipertensi di Desa Oelomin Kecamatan Nekamese, Kabupaten Kupang.

DAFTAR PUSTAKA

- Priyadarsani Munang Ayu Arya, Sutresna I Nyoman, Wirajaya I Gede. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang hipertensi dengan upaya Pencegahan Kekambuhan Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Medika Keperawatan Politeknik Kesehatan Makasar. Volume .12 No. 1*
- Saragih Frida, Sijabat Flora, Purba Sri Dearmaita, Sianturi Gita Sonia, Ginting Monika. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Lansia Dengan Pencegahan Hipertensi di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai. *Jurnal Health Reproduksi Volume.4. No. 2*
- Arikunto, (2016) *Prosedur Penelitian suatu pendekatan prktik* : edisi Revisi IV.
- Badan Pusat Statistik (2019) *Proyeksi Penduduk 2005-2015 (Hasil SUPAS) Population Projection 2005-2015 (Based on Intercenal Population Survey), BPS-Statistics Indonesia* di akses pada tanggal 9 Juni 2022.
- CIA World Factbook tahun 2011. *Prospek populasi dari PBB - Revisi 2006:Angka harapan hidup (dalam tahun) 2005-2010.*
- Darmojo, B. 2019. *Teori Proses Menua*.In: *H.Hadi Martono Kris Pranaka dan Boedhi-Darmojo* (eds): *Buku Ajar GERIATRI* Edisi 4.Jakarta; Balai Penerbit FKUI,pp.3.
- Nursalam (2013) *Metodologi penelitian Ilmu keperawatan pendekatan praktis* Edisi 3 penerbit Salemba Medika.
- Sugiyono, 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D.* Penerbit : Alfabeta Bandung.
- Hidayat A.Asis Alimul : 2011. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data,* Jakarta Salemba Medika.
- Setiadi (2017) *Konsep dan Proses Keperawatan Keluarga.* Yogyakarta; Graha Ilmu.