

Tingkat Pengetahuan Penderita Hipertensi Tentang Terapi Non Farmakologi

Yuziani^{1*}, Harvina Sawitri², Cut Sidrah Nadira³

*¹Ilmu Farmakologi, Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh, Kota Lhokseumawe, Indonesia

²Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh, Kota Lhokseumawe, Indonesia

³Ilmu Fisiologi, Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh, Kota Lhokseumawe, Indonesia

*E-Mail: penulis-korespondensi: (yuziani@unimal.ac.id/085260019699)

Info Artikel

Sejarah artikel
Diterima : 28.04.2023
Disetujui : 18.05.2023
Dipublikasi : 31.05.2023

Keywords: *Hypertension; Level of Knowledge; Non-Pharmacological Therapy*

Abstrak

Penyakit hipertensi adalah penyakit kardiovaskuler yang menyebabkan peningkatan tekanan darah yang tidak terkontrol dan menjadi faktor risiko penyakit lainnya. Terapi hipertensi meliputi terapi farmakologi dan non farmakologi. Beberapa studi menunjukkan rendahnya tingkat pengetahuan penderita terhadap hipertensi, sehingga penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan penderita hipertensi tentang penatalaksanaan terapi non farmakologi. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *non-probability* dengan metode *accidental sampling*. Data penelitian dikumpulkan dengan wawancara terpimpin berdasarkan pedoman kuesioner pada pasien hipertensi di Puskesmas Samudera, Aceh Utara dari Juni sd. Juli 2021. Terdapat 15 pertanyaan untuk menilai tingkat pengetahuan pasien yang dikategorikan menjadi tiga tingkat: mengetahui (C1), memahami (C2) dan aplikatif (C3). Sebanyak 61 orang pasien hipertensi terlibat dalam penelitian ini dengan karakteristik: 59% berusia 50 – 60 tahun, 66,7% perempuan 66,7% dan 33,3% laki-laki. Sebagian besar responden berpendidikan SMA 37,7% dan ibu rumah tangga 52,4%. Responden dengan tingkat pengetahuan kategori mengetahui “baik” (C1) sebesar 73,8%, tingkat pengetahuan kategori memahami “baik” (C2) sebesar 54,1%, dan tingkat pengetahuan kategori aplikasi “baik” (C3) sebanyak 57,4%. Secara umum, tingkat pengetahuan pasien hipertensi: baik 52,5%; cukup 27,9%; kurang 14,7% dan buruk 4,9%.

Kata Kunci : *Hipertensi; Tingkat Pengetahuan; Terapi Non Farmakologi*

The Level Of Knowledge Of Hypertensive Patients About Non-Pharmacological Therapy

Abstract

Hypertension is a cardiovascular disease that increases blood pressure more than normal value and risks several complications. Management of hypertension includes pharmacological and non-pharmacological therapy. Studies have reported deficiencies in the knowledge of hypertension in patients who suffer from it. Therefore, this study was conducted to determine patients' knowledge level about non-pharmacological treatment in hypertensive patients. A descriptive and cross-sectional study using the accidental sampling method was performed with non-probability sampling. The study was conducted from June to July 2021. The data were gathered from a guided interview in Community Health Center (Puskesmas) Samudera, Aceh Utara. A 15-item questionnaire was served to collect the data. Knowledge of patients was divided into three levels: knowing (C1), understanding (C2), and practice (C3). A total of 61 hypertension patients were involved in this study with characteristics: 59% aged 50-60 years, 66.7% female 66.7%, and 33.3% male. Most of the respondents had high school education 37.7% and housewives 52.4%. Respondents with a level of knowledge in the category of knowing "good" (C1) was 73.8%, the level of knowledge in the category of understanding "good" (C2) was 54.1%, and the level of knowledge in the category of "good" applications (C3) was 57.4%. In general, hypertensive patients' knowledge level: good 52.5%; enough 27.9%; less 14.7%, and bad 4.9%. working area of the Tamalanrea Jaya Health Center, Makassar City.

Pendahuluan

Hipertensi menjadi penyakit yang sangat familiar di masyarakat Indonesia maupun dunia, diperkirakan kasus naik 80% di negara berkembang pada tahun 2025 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2018).

Fenomena penderita hipertensi diibaratkan mirip fenomena gunung es dikarenakan banyak orang tidak mengetahui mereka menderita hipertensi. Hipertensi biasa muncul disertai gejala ataupun tanpa gejala, sering pasien tidak mengetahui dirinya menderita hipertensi. Hasil penelitian menyatakan sebanyak 76,1%, banyak orang tidak mengetahui dirinya mengidap hipertensi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2018). Hipertensi menimbulkan berbagai penyakit apabila tidak diobati, diantaranya dapat terjadi kelainan kardiovaskuler (American Heart Association 2014).

Penyakit hipertensi merupakan penyebab kematian ketiga sebesar 6,7% dari seluruh kematian pada semua umur di negara kita. Angka kejadian yang diperoleh melalui pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8%, tertinggi di Bangka Belitung (30,9%), Kalimantan Selatan (30,8%), Kalimantan Timur (29,6%) dan Jawa Barat (29,4%), sedangkan di Aceh sebanyak 9,8%. Aceh berada pada urutan ke-13 di Indonesia dan hanya sebanyak 9,7% yang terdiagnosis oleh dokter (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2018).

Penanganan terapi hipertensi dapat dimulai dengan modifikasi gaya hidup pada penderita tanpa risiko faktor penyakit serebrovaskular. Obat-obatan merupakan langkah selanjutnya apabila target penurunan tensi pasien tidak terpenuhi. Tatalaksana hipertensi pada penderita yang memiliki faktor risiko penyakit serebrovaskular adalah modifikasi gaya hidup dan obat-obatan yang dapat dilakukan secara bersamaan (Ridjab 2007).

Penderita hipertensi harus mengoptimalkan kesadaran pasien terhadap penyakit yang diderita, pengobatan yang harus dilakukan dan pengendalian untuk mencegah komplikasi yang terjadi. Penderita yang menyadari keadaan mereka hanya sekitar dua pertiga penderita, sedangkan penderitain yang memiliki hipertensi tidak menyadari keadaan mereka dan tidak diobati (Sudarmoko 2010).

Penderita hipertensi memerlukan pengetahuan dan perilaku yang sesuai dalam modifikasi gaya hidup sehingga penderita dapat menjaga agar tekanan darahnya dalam batas normal. Pengetahuan yang kurang membuat pasien hipertensi tidak dapat mengatasi kekambuhan serta pencegahan sehingga komplikasi dapat dicegah. Tingkat pengetahuan yang dimiliki penderita tentang penyakit tersebut sangat diperlukan agar tercapai status kesehatan yang baik (Kusumawardani 2010).

Hipertensi bisa dikendalikan jika faktor risiko diketahui. Pasien bisa mengikuti dan melakukan

monitoring tekanan darah yang secara teratur, hidup sehat tanpa asap rokok, peningkatan aktivitas, diet sehat dengan kalori seimbang, rendah lemak, tinggi serat, juga rendah garam. Semua hal tersebut merupakan kegiatan mandiri yang dilakukan seawal mungkin oleh pasien dan didukung oleh pusat pelayanan Kesehatan (Hikayati 2013).

Penurunan angka morbiditas dan mortalitas harus ada perubahan gaya hidup, termasuk diet khusus hipertensi (Dietary Approaches to Stop Hypertension/DASH), mengontrol berat badan, olahraga, tidak mengkonsumsi minuman beralkohol (Kuryawan 2009). Walaupun diaceh penyebab hipertensi harus diteliti lebih lanjut sehingga mengetahui latarbelakang hipertensi dan dapat diselesaikan dari akar penyebabnya (Kuryawan 2009).

Pengobatan hipertensi juga dipengaruhi oleh latar belakang pengetahuan seseorang. Pengetahuan sangat mempengaruhi perilaku seseorang menentukan kebijakan bagi dirinya dan dapat menentukan suatu kepercayaan sehingga konsep itu ikut berperan menentukan tindakan dalam menyelesaikan masalah. Komplikasi penyakit ini juga dipengaruhi oleh pengetahuan sehingga pencegahan bisa diatasi jangan sampai penyakit sampai komplikasi lanjutan. Berdasarkan fakta di atas, banyaknya penderita hipertensi yang tidak patuh dalam penatalaksanaan serta rendahnya tingkat pengetahuan pasien hipertensi pada tatalaksanaan terapi non farmakologi. Sehingga peneliti ingin menganalisis tingkat pengetahuan tentang penatalaksanaan terapi non farmakologi hipertensi di Puskesmas Samudera, Aceh Utara.

Bahan dan Metode

Penelitian dalam bentuk deskriptif menggunakan pendekatan cross-sectional untuk mengetahui tingkat pengetahuan penderita hipertensi dalam penatalaksanaan terapi non farmakologi. Populasi pada penelitian ini adalah pasien hipertensi yang berobat ke Puskesmas Samudera Aceh Utara. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan non-probability sampling dengan metode accidental sampling. Penelitian menggunakan rumus Lameshow dan proporsi sampel 86,9%, maka diperoleh jumlah sampel yang dibutuhkan 61 orang. Data sekunder berasal dari puskesmas sedangkan data primer diperoleh melalui wawancara serta kuesioner. Kuesioner dipergunakan dalam penelitian terdiri dari 15 pertanyaan untuk mengukur tingkat pengetahuan pasien hipertensi terkait tata laksana non farmakologi. Pengolahan data yang diperoleh dari hasil penelitian ini diolah secara manual dan dianalisis secara statistik melalui komuterisasi dengan beberapa tahap yaitu editing, coding, tabulating dan cleaning. Analisis univariat dilakukan untuk menghasilkan distribusi frekuensi dari tiap variabel dalam presentase (%)

Hasil

Tabel 1. Data Frekuensi Karakteristik Responden di Puskesmas Samudera, Aceh Utara

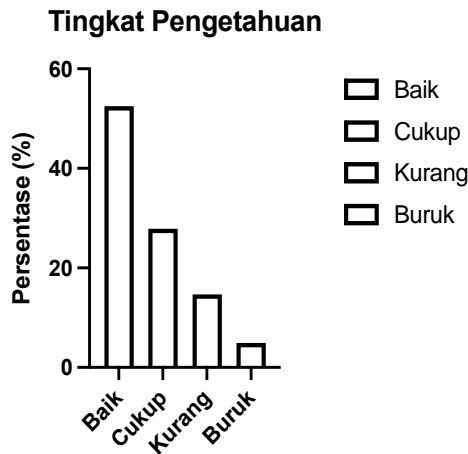
Karakteristik	(n)	(%)
Umur		
20-29 tahun	0	0
30-39 tahun	2	3,3
40-49 tahun	23	37,7
50-60 tahun	6	59,0
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	20	33,3
Perempuan	41	66,7
Pendidikan		
SD	18	29,5
SMP	7	11,5
SMA	23	37,7
Perguruan Tinggi	9	14,8
Lain-lain	4	6,5
Pekerjaan		
PNS	7	11,5
Wiraswasta	20	32,8
Pegawai Swasta	2	3,3
IRT	32	52,4

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 61 responden didapatkan bahwa karakteristik umur responden terbanyak berada pada rentan umur 50-60 tahun sebanyak 59% dan paling sedikit berada pada rentan umur 30-39 tahun sebanyak 3,3%. Karakteristik jenis kelamin responden terbanyak yaitu perempuan sebanyak 66,7% dan laki-laki sebanyak 33,3%. Karakteristik pendidikan responden terbanyak yaitu SMA sebanyak 37,7%. Karakteristik pekerjaan responden terbanyak yaitu IRT sebanyak 52,4% dan paling sedikit yaitu pegawai swasta sebanyak 3,3%.

Tabel 2. Distribusi frekuensi kategori tingkat Pengetahuan Penderita Hipertensi dalam Penatalaksanaan Terapi Non farmakologi

Karakteristik	(n)	(%)
<i>Mengetahui (C1)</i>		
Baik	45	73,8
Cukup	13	21,3
Kurang	3	4,9
Buruk	0	0
<i>Memahami (C2)</i>		
Baik	33	54,1
Cukup	13	21,3
Kurang	8	13,1
Buruk	7	11,5
<i>Aplikatif (C3)</i>		
Baik	35	57,4
Cukup	14	22,9
Kurang	5	8,2
Buruk	7	11,5

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa responden dengan tingkat pengetahuan tentang terapi non farmakologi dikategorikan level C1 (mengetahui) sebanyak 73,8% responden memiliki tingkat pengetahuan mengetahui baik, level C2 (memahami) sebanyak 54,1% responden memiliki level memahami yang baik dan level C3 (aplikatif) sebanyak 57,4% memiliki level baik.



Gambar 1. Total Tingkat Pengetahuan Penderita Hipertensi Dalam Penatalaksanaan Terapi Non Farmakologi

Berdasarkan gambar 1. Menunjukkan bahwa Setengah dari pasien mempunyai tingkat pengetahuan “baik” sebanyak 52,5%, sedangkan yang memiliki pengetahuan “cukup” sebanyak 27,9%, pengetahuan “kurang” sebanyak 14,7% dan pasien dengan tingkat pengetahuan “buruk” sebanyak 4,9%.

Pembahasan

Penelitian ini memperoleh gambaran secara umum mengenai tingkat pengetahuan penderita hipertensi dalam penatalaksanaan terapi non farmakologi yaitu 52,5% memiliki tingkat pengetahuan baik dan 27,9% memiliki tingkat pengetahuan cukup. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi di Puskesmas Samudra Aceh Utara memiliki tingkat pengetahuan yang baik dalam penatalaksanaan terapi non farmakologi.

Tingkat pengetahuan yang baik ini sangat memungkinkan menggambarkan nilai keadaan pasien berdasarkan pendidikan terakhir yaitu sebagian besar pasien berpendidikan Sekolah menengah atas (SMA) sebanyak 37,7%. Hasil ini mendukung pendapat Mubarak bahwa pendidikan memberi bimbingan kepada seseorang agar orang tersebut memahami permasalahannya. Pendidikan menjadi tolak ukur seseorang menunjukkan makin tinggi pendidikan maka semakin mudah pula seseorang menerima informasi yang pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan tercapai. Kemudian dari itu pendidikan yang rendah juga akan menghambat perkembangan seseorang terhadap penerimaan informasi dan pembelajaran diperkenalkan padanya. Jadi sebagian besar penderita hipertensi berpendidikan SMA dan memiliki tingkat pengetahuan baik dalam penatalaksanaan terapi non farmakologi sangat mempengaruhi tingkat pengetahuannya (Mubarak 2007).

Terdapat pasien yang memiliki pengetahuan kurang sebesar 14,7% serta responden yang memiliki tingkat pengetahuan buruk sebesar 4,9% ini dikarenakan adanya faktor lain yang menentukan dan mempengaruhi tingkat

pengetahuan. Mubarak menyebutkan salah satu faktornya adalah informasi (Mubarak 2007). Mudahnya seseorang mendapatkan sumber informasi maka akan mempercepat seseorang untuk memperoleh pengetahuan baru. Sebaliknya ketika seseorang tidak mendapatkan banyak informasi maka seseorang dimungkinkan tidak mendapatkan pengetahuan yang baru dalam hal ini adalah penatalaksanaan non farmakologi hipertensi.

Hasil penelitian tingkat pengetahuan berdasarkan kategori mengetahui (C1) pada Tabel 2 dengan 73,8% responden berkategori baik, untuk kategori memahami (C2) sebesar 54,1% baik dan kategori aplikatif (C3) sebesar 57,4% juga berkategori baik. Berdasarkan hasil tersebut, tingkat pengetahuan yang disesuaikan dengan kategori tersebut mendukung teori yang dikembangkan oleh Notoadmojo mengenai tingkat pengetahuan C1 adalah mengingat pelajaran yang sudah dipelajari sebelumnya oleh responden, C2 merupakan kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar sedangkan C3 yaitu kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari untuk menyelesaikan masalah. Artinya responden memiliki tingkat pengetahuan untuk mengetahui, memahami dan aplikasi yang baik banyak dalam penatalaksanaan non farmakologi hipertensi (Notoadmojo dan Soekidjo 2003).

Perubahan perilaku seseorang mengikuti tahap-tahapan proses perubahan pengetahuan. Adanya pengetahuan yang baik menjadi satu bukti, walaupun tindakan merupakan proses yang kompleks serta membutuhkan waktu cukup panjang untuk mencapai perubahan perilaku (Notoadmojo dan Soekidjo 2007). Nilai tingkat pengetahuan menjadi capaian dari tidak tahu

kemudian menjadi tahu, terjadi setelah melakukan penginderaan terhadap objek, baik penglihatan, pendengaran, penciuman, merasa dan meraba. Domain ini berpengaruh dalam membentuk tindakan seorang pasien. Terapi yang dilakukan untuk mengobati hipertensi terdiri dari terapi farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis yaitu dengan menggunakan obat-obatan anti hipertensi, sedangkan terapi non farmakologis dengan modifikasi gaya hidup (Katzung, G.B. 2007). Penanganan hipertensi yang paling aman dan efektif adalah pengobatan yang bersifat non farmakologi. Pengobatan non farmakologi berhubungan dengan pembentukan perilaku atau gaya hidup (Hikayati 2013).

Terapi non farmakologi yang harus dilaksanakan pasien hipertensi dengan tujuan menurunkan tekanan darah dan mengendalikan faktor-faktor risiko serta penyakit penyerta lainnya (Sudoyo, Aru W, dkk... 2007). Berhenti mengisap rokok, menurunkan berat badan menjadi ideal, menurunkan konsumsi alkohol, latihan fisik, menurunkan asupan garam, meningkatkan konsumsi buah dan sayur serta menurunkan asupan lemak merupakan pilar tatalaksana non farmakologi (Sacks, F. M. & Campos, H. 2010). Tujuan pengobatan hipertensi untuk mencegah morbiditas dan mortalitas penyakit dengan mengutamakan cara yang nyaman untuk mencapai tekanan darah yang diinginkan melalui perubahan gaya hidup (Price, S; Wilson, L. 2006). Pengetahuan inilah yang mempengaruhi perilaku pasien hipertensi untuk mencegah terjadinya komplikasi. Tingkat pengetahuan keluarga maupun pasien dalam tindakan pencegahan komplikasi hipertensi di harapkan dapat mengontrol tekanan darah yaitu dengan mengurangi konsumsi garam, membatasi lemak, olahraga teratur, tidak merokok, dan tidak minum alkohol, menghindari kegemukan atau obesitas (Novian A. 2013).

Hasil penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit (RS) Dr. M. Salamun tahun 2019 yang menunjukan 66,7% pasien hipertensi mempunyai pengetahuan baik mengenai aktifitas fisik sebagai terapi non farmakologi (Yasmin M.J 2019). Abdillah et al. melaporkan hasil penelitian tentang pengetahuan terapi non farmakologi di Puskesmas Karang Asam, Samarinda menunjukkan 28 (30,4%) pasien mempunyai pengetahuan kurang baik karena menjawab < 50% jawaban benar. Sedangkan 64 (69,6%) responden memiliki pengetahuan yang baik. Kategori responden dengan pengetahuan yang baik ialah responden yang menjawab $\geq 50\%$ jawaban benar. 18 Penelitian observasional analitik

terhadap 64 penderita hipertensi di Desa Pujon Kidul, Malang menyimpulkan tingkat pengetahuan yang baik pada pasien hipertensi terhadap tatalaksana terapi diet (Novian A. 2013).

Hasil berbeda dilaporkan oleh Tesfaye (2015) yang melakukan studi cross-sectional terhadap 60 pasien hipertensi di Rumah Sakit Umum Bishoftu, Ethiopia untuk mengevaluasi pengetahuan, sikap dan praktek terapi non farmakologi pada penderita. Hasil penelitian menunjukkan level pengetahuan pasien serta penerapan intervensi non farmakologi yang tidak adekuat/bermakna pada pasien untuk program kontrol hipertensi. Meskipun pasien mendapatkan edukasi modifikasi gaya hidup, hal ini tidak cukup efektif untuk merubah perilaku, pengetahuan dan praktek pada pasien (Teseefeye Tihalun 2015). Hasil riset menunjukkan bahwa kepatuhan pengontrolan hipertensi berkaitan dengan beberapa faktor seperti pengetahuan, sikap, keyakinan, biaya pengobatan dan ketersediaan sistem dukungan sosial. Faktor-faktor tersebut harus menjadi prioritas kesehatan nasional (Chobanian 2001). Meskipun pada penelitian ini diperoleh tingkat pengetahuan yang baik, namun upaya untuk terus memberikan himbauan pentingnya menjalani pengobatan teratur bagi pasien hipertensi, mengadakan penyuluhan kesehatan mengenai penyakit, dan pembagian brosur tentang penyakit hipertensi harus tetap dilakukan. Diharapkan upaya tersebut dapat memotivasi pasien hipertensi untuk menjalani pengobatannya secara teratur dan mendapatkan pengetahuan tentang penyebab, dan gejala serta komplikasi penyakit hipertensi.

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa sebanyak 50% lebih penderita hipertensi memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang tata laksana terapi non farmakologi hipertensi.

Saran

Bagi tenaga kesehatan khususnya profesi keperawatan dapat mengaplikasikan dan lebih banyak memberikan edukasi terkait pencegahan hipertensi dengan penggunaan terapi non farmakologi

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak dan responden yang terlibat dalam penelitian ini.

Referensi

- American Heart Association. 2014. *Heart Disease and Stroke Statistics*.
- Chobanian, A. V. 2001. "Control of Hypertension-An Important Nasional Priority." 345(534):5.
- Hikayati. 2013. "Penatalaksanaan Terapi Non Farmakologi Sebagai Upaya Untuk Mengatasi Dan Mencegah Komplikasi Pada Penderita Hipertensi Primer Di Kelurahan Indralaya Mulya Kabupaten Ogan Ilir."
- Katzung, G.B., et al. 2007. *Basic and Clinical Pharmacology*. 10th ed. USA: The McGraw-Hill Company.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. "Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018."
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. *Profil Kesehatan Indonesia 2017*. Jakarta.
- Kuryawan, Agus. 2009. "Manajemen Hipertensi Waspada Penyakit, Silent Killer."
- Kusumawardani. 2010. *Waspada Penyakit Darah Mengintai Anda*. Cetakan 1. edited by Hanggar Kreator. Yogyakarta.
- Mubarak. 2007. *Promosi Kesehatan Sebuah Pengamatan Proses Belajar Mengajar Dalam Pendidikan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Notoadmojo dan Soekidjo. 2003. *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoadmojo dan Soekidjo. 2007. *Promosi Kesehatan : Teori Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Novian A. 2013. "Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi." *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 1(9).
- Price, S; Wilson, L. 2006. *Patofisiologi Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit*. EGC.
- Ridjab, D. .. 2007. "Modifikasi Gaya Hidup Dan Tekanan Darah." *Majalah Kedokteran Indonesia* 57(5).
- Sacks, F. M. & Campos, H. 2010. "Dietary Therapy in Hypertension." *The New England Journal of Medicine*.
- Sudarmoko. 2010. *Tetap Tersenyum Melawan Hipertensi*. Yogyakarta: Atma Media Press.
- Sudoyo, Aru W, dkk... 2007. *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. Edisi 4 Ji. Ilmu Penyakit Dalam Fk UI.
- Tesefeye Tihalun. 2015. "Knowledge, Attitudes, and Practice of Non-Pharmacologic Therapy among Hypertensive Patients in Bishoftu, Ethiopia." *Journal of Health* 19.
- Yasmin M.J. 2019. *Gambaran Pengetahuan Pasien Hipertensi Mengenai Aktifitas Fisik Sebagai Terapi Non Farmakologi Di RSAU Dr. M. Salamun*. Bandung.