

## EDUKASI KESEHATAN TENTANG HIPERTENSI MENGGUNAKAN POSTER TERHADAP PENGETAHUAN LANSIA DI PANTI SOSIAL JAKARTA BARAT

Susihar<sup>1\*</sup>, Labora Sitinjak<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Dosen Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya

\*Koresponden: Susihar. Alamat: Jakarta. Email: susihar@husadakaryajaya.ac.id

*Received:* 15 Februari | *Revised:* 13 Maret | *Accepted:* 29 Maret

### Abstrak

**Latar Belakang:** Lansia adalah seseorang yang berusia 60 tahun ke atas. Proses penuaan pada lansia akan menyebabkan perubahan dari fisik, mental, sosial, ekonomi, dan fisiologi. Salah satu perubahan yang terjadi adalah perubahan pada struktur vena besar yang dapat menyebabkan terjadinya hipertensi. Hipertensi merupakan penyakit di mana peningkatan tekanan darah sistolik melebihi batas normal, yaitu lebih dari 140 mmHg, dan tekanan darah diastolik melebihi 90 mmHg pada kondisi ini, tekanan pada pembuluh darah terus meningkat. Tekanan darah normal sendiri adalah 120 mmHg sistol atau saat jantung berdetak, dan 80 mmHg diastol atau saat jantung sedang rileks.

**Tujuan:** meningkatkan tingkat pengetahuan lansia tentang hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Jakarta Barat.

**Metodologi:** Metode penyampaian materi melalui ceramah dan permainan, serta melakukan evaluasi melalui *pre-test* dan *post-test* untuk menilai peningkatan pemahaman peserta.

**Hasil:** Hasil didapatkan bahwa Pengetahuan hipertensi pada lansia sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media poster sebagian besar berpengetahuan kurang sebanyak 15 lansia (50,0%), Pengetahuan hipertensi pada lansia sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media poster berpengetahuan baik sebanyak 14 orang (46,7%).

**Kesimpulan:** Simpulan didapatkan bahwa pendidikan kesehatan dengan media poster berpengaruh terhadap pengetahuan hipertensi.

**Kata Kunci:** Hipertensi, Pendidikan Kesehatan, Tingkat Pengetahuan

## 1. Latar Belakang

Lansia adalah seseorang yang berusia 60 tahun ke atas. Proses penuaan pada lansia akan menyebabkan perubahan dari fisik, mental, sosial, ekonomi, dan fisiologi. Salah satu perubahan yang terjadi adalah perubahan pada struktur vena besar yang dapat menyebabkan terjadinya hipertensi. Hipertensi merupakan penyakit di mana peningkatan tekanan darah sistolik melebihi batas normal, yaitu lebih dari 140 mmHg, dan tekanan darah diastolik melebihi 90 mmHg pada kondisi ini, tekanan pada pembuluh darah terus meningkat. Tekanan darah normal sendiri adalah 120 mmHg sistol atau saat jantung berdetak, dan 80 mmHg diastol atau saat jantung sedang rileks (kemenkes, 2019).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) 2020, sebanyak 1,28 miliar orang dewasa di dunia berusia 30 hingga 79 tahun menderita hipertensi, atau 1 dari 3 orang di dunia mengalami hipertensi. Angka peningkatan prevalensi bahwa jumlah penderita hipertensi akan meningkat menjadi 1,5 miliar pada tahun 2025, dari segi mortalitas, hipertensi adalah salah satu penyebab kematian nomor satu di dunia dengan 8 juta kematian setiap tahunnya. Pada tahun 2025 diperkirakan mencapai 10,44 juta kematian setiap tahunnya.

Hipertensi dikenal sebagai *silent killer* karena tanpa gejala, keluhan dan diketahui saat sudah terjadi komplikasi. Hipertensi berkaitan dengan peningkatan tekanan darah yang semakin tinggi maka semakin besar risiko terjadinya komplikasi. Komplikasi yang dapat terjadi adalah penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, dan kebutaan. Untuk mencegah komplikasi yang dapat memperburuk keadaan lansia, komplikasi harus dikendalikan atau dicegah (Kemenkes, 2019).

Faktor risiko hipertensi pada lansia yaitu penambahan usia, usia akan meningkatkan risiko terjadinya hipertensi, usia berpengaruh secara signifikan terhadap kejadian hipertensi, dan usia menyebabkan perubahan struktural dan fungsional pada sistem peredaran darah. Selain faktor usia, tingkat pendidikan juga mempengaruhi risiko hipertensi. Lansia dengan tingkat pendidikan rendah dan menengah memiliki risiko 2,9 kali lebih tinggi daripada

individu dengan tingkat pendidikan tinggi. Lansia dengan usia lebih dari 55 tahun memiliki risiko 5,82 kali lebih tinggi (Siti Nurhasanah, 2023).

Selain kedua faktor tersebut ada faktor jenis kelamin. Meskipun prevalensi hipertensi pada laki-laki dan perempuan sama, faktor pendorong usia laki-laki seperti stres, kelelahan, dan makan yang tidak terkontrol. Risiko hipertensi pada perempuan meningkat pada usia lebih dari 45 tahun. Laki-laki lebih sering mengalami hipertensi pada usia kurang dari 45 tahun dan perempuan lebih sering daripada laki-laki pada usia lebih dari 65 tahun (Kemenkes, 2021).

Informasi yang tepat tentang hipertensi termasuk pemahaman tentang faktor risiko, gejala dan komplikasi, pencegahan dan pengobatan hipertensi, dan pendidikan kesehatan dapat membantu orang menjadi lebih tahu tentang cara mengontrol hipertensi. Media edukasi untuk mempromosikan kesehatan adalah semua sarana atau upaya untuk menyampaikan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator.

Tujuan dari media promosi kesehatan adalah untuk membantu orang yang dituju meningkatkan pengetahuan mereka, pengetahuan dapat berdampak positif pada kesehatan mereka. Media cetak biasanya terdiri dari gambaran beberapa kata, foto, atau gambar dalam tata warna. Salah satu fungsi utama media cetak ini adalah memberikan informasi, contohnya seperti poster, *leaflet*, *booklet*, dan surat kabar (Agust Laya, 2022).

## 2. Tujuan Pengabdian

Tujuan umum menganalisis hubungan pendidikan kesehatan dengan menggunakan poster terhadap pengetahuan lansia tentang hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Jakarta Barat.

Tujuan khusus Menganalisis pengetahuan lansia sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan poster tentang hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Jakarta Barat. Menganalisis Hubungan pendidikan kesehatan dengan menggunakan

poster terhadap pengetahuan lansia tentang hipertensi di  
Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Jakarta Barat.

### 3. Metode

Metode penyampaian materi melalui ceramah dan permainan, serta melakukan evaluasi melalui *pre-test* dan *post-test* untuk menilai peningkatan pemahaman peserta. Kegiatan ini dilaksanakan dengan tatap muka di panti sosial. Pemateri menjelaskan secara lengkap terkait dengan hipertensi. Metode evaluasi kegiatan melalui *pre-test* dan *post-test* untuk menilai peningkatan pemahaman peserta. Sebelum materi disampaikan para peserta diberikan kuis (*pre-test*) untuk menilai pengetahuan awal, dan 10 menit sebelum penyampaian materi berakhir peserta akan kembali diberikan kuis (dengan soal yang sama) sebagai *post-test* untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan pemahaman dari peserta setelah materi disampaikan.

#### 3.4 Instrumen Pengumpulan Data

Pengumpulan data menggunakan instrumen yang di adopsi dari peneliti Ari Suci Rahmah. Uji validitas dan reliabilitas instrument pengumpulan data menunjukkan nilai *Aplha Cronbach* 0,797 yang mengindikasikan bahwa instrument telah valid dan reliabel untuk digunakan dalam penelitian nyata.

#### 3.5 Pengumpulan Data

Pengumpulan Data dilakukan pada bulan Januari hingga Februari 2025. Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Jakarta Barat

#### 3.6 Analisa Data

Pada penelitian ini Analisa data digunakan untuk melihat karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, Pendidikan terakhir. Untuk melihat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan lansia digunakan *uji T-test* dengan hasil p-value. Hasil Penelitian

### 4.1. Analisa Univariat

**Table 4.1 karakteristik menurut usia**

| Kategori | Frekuensi | Persentase |
|----------|-----------|------------|
| 56-60    | 4         | 13,3%      |
| 61-70    | 21        | 70,0%      |
| 71-85    | 5         | 16,7%      |
| Total    | 30        | 100,0%     |

Berdasarkan tabel 4.1 di atas menunjukkan bahwa dari 30 responden lansia terbanyak berada di usia 61-70 berjumlah 21 orang dengan persentase (70,0%).

**Tabel 4.1. karakteristik menurut jenis kelamin**

| Karakteristik | Frekuensi | Persentase |
|---------------|-----------|------------|
| Laki-laki     | 20        | 66,7%      |
| Perempuan     | 10        | 33,3%      |
| Total         | 30        | 100,0%     |

Berdasarkan tabel 4.2 di atas menunjukkan bahwa dari 30 responden lansia terbanyak berjenis kelamin laki-laki berjumlah 20 orang dengan persentase (66,7%).

**Tabel 4.2 karakteristik menurut Pendidikan terakhir**

| Karakteristik | Frekuensi | Persentase |
|---------------|-----------|------------|
| SD            | 11        | 36,7%      |
| SMP           | 12        | 40,0%      |
| SLTA          | 7         | 23,3%      |
| Total         | 30        | 100,0%     |

Berdasarkan tabel 4.3 di atas menunjukkan bahwa dari 30 responden lansia terbanyak berpendidikan SMP berjumlah 12 orang dengan persentase (40,0%), dan terdiri dari 11 lansia (36,7%) berpendidikan terakhir SD, 7 lansia (23,3%) berpendidikan SLTA.

**Tabel 4.3 tingkat pengetahuan sebelum penkes**

| Karakteristik | Frekuensi | Persentase |
|---------------|-----------|------------|
| kurang        | 15        | 50,0%      |
| Cukup         | 13        | 43,0%      |
| Baik          | 2         | 6,7%       |
| Total         | 30        | 100,0%     |

Dari tabel 4.4 di atas menunjukkan bahwa dari 30 responden lansia di dapatkan hasil bahwa katagori kurang 15 lansia (50,0%), katagori cukup 13 lansia (43,3%), katagori baik 2 lansia (6,7%).

**Tabel 4.4 tingkat pengetahuan sesudah penkes**

| Karakteristik | Frekuensi | Persentase    |
|---------------|-----------|---------------|
| kurang        | 3         | 10,0%         |
| Cukup         | 13        | 43,0%         |
| Baik          | 14        | 46,7%         |
| <b>Total</b>  | <b>30</b> | <b>100,0%</b> |

Berdasarkan tabel 4.5 di atas menunjukkan bahwa dari 30 responden lansia di dapatkan hasil bahwa katagori kurang 3 lansia (10,0%), katagori cukup 13 lansia (43,3%), katagori baik 14 lansia (46,7%).

#### 4.2. Analisa Bivariat

**Tabel 4.5 tingkat pengetahuan lansia sebelum dan sesudah diberikan penkes poster**

| Variabel           | Mean        | Std. Deviasi | p-value      |
|--------------------|-------------|--------------|--------------|
| <b>Pengetahuan</b> |             |              |              |
| Sebelum            | 5,40        | 1,694        |              |
| Sesudah            | 7,83        | 1,840        |              |
| <b>selisih</b>     | <b>2,43</b> |              | <b>0,001</b> |

Berdasarkan tabel 4.6 didapatkan hasil uji paired T-test bahwa rata-rata pengetahuan responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan yaitu sebesar 5,40 dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan meningkat menjadi 7,83, dengan *p-value* sebesar 0,001 yang artinya ada pengaruh yang signifikan antara pendidikan kesehatan dengan media poster terhadap pengetahuan lansia tentang hipertensi dengan selisih 2,43.

### 5. Hasil

Dalam tahap ini, akan dijelaskan hasil penelitian mengenai karakteristik dari responden, tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan, perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah di pendidikan kesehatan.

Responden yang berusia 61-70 tahun (70,0%) lebih banyak dibandingkan responden dengan usia 56-60 (13,3%) dan 71-85 tahun (16,7%). Data diperoleh dari perhitungan terakhir data kuesioner responden. Usia dapat mempengaruhi pola pikir, perilaku dan pola kesehatan pada seseorang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian dengan Diny Kusuma (2019) menunjukkan jumlah risiko hipertensi terbanyak pada kelompok usia 61-70 tahun dikarenakan peredaran darah arteri telah

kehilangan elastisnya bersamaan bertambahnya usia, sehingga mengakibatkan adanya perubahan struktural dan fungsional pada sistem pembuluh darah pada lansia

Berdasarkan data di atas diketahui bahwa responden berjenis kelamin laki-laki berjumlah 20 responden (66,7%) lebih banyak dibandingkan perempuan berjumlah 10 responden (33,3%). Hal ini dikarenakan mayoritas lansia mandiri berjenis kelamin laki-laki dibandingkan lansia berjenis perempuan di Panti Sosial. penelitian ini sejalan dengan Kurniatun (2019) mengatakan prevalensi penderita kasus hipertensi yang ditemukan hampir berjenis kelamin laki-laki dibanding perempuan. Kasus penderita hipertensi pada laki-laki lebih mudah ditemukan karena adanya masalah pekerjaan yang dilampiaskan dengan perilaku merokok dan meminum alkohol yang diiringi dengan makanan bergizi rendah.

Diketahui bahwa responden terbanyak dengan pendidikan terakhir 12 lansia (40,0%) berpendidikan SMP dibandingkan dengan responden yang pendidikan terakhirnya SD (36,7%) dan SLTA (23,3%). Bahkan tidak ditemukannya responden dengan pendidikan terakhir perguruan tinggi. Penelitian ini sejalan dengan Delfriyana Ayu (2022) mengatakan rata-rata lansia yang berpendidikan SMP mereka tidak tahu bagaimana menghindari makanan yang dapat menyebabkan hipertensi, yang dapat membahayakan kesehatan mereka, melalui perilaku, pola hidup, dan pola makan sehari-hari yang sehat.

Berdasarkan tabel 4.6 di atas didapatkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *paired sample t-test* bahwa terdapat perbedaan rata-rata pengetahuan lansia tentang penyakit hipertensi sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media poster dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media poster dengan ditunjukkan dengan nilai *p-value* 0,001 yang berarti *p-value*

<  $\alpha$  (0,05) maka artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hasil ini disebabkan oleh rata-rata pengetahuan lansia sebelum diberikan penkes (*pre-test*) adalah 54,0 dan pengetahuan lansia setelah diberikan penkes (*post-test*) adalah 7,83 dengan peningkatan rata-rata pengetahuan lansia setelah pendidikan kesehatan dengan media poster sebesar 2,43. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmita Yanti (2020) yang

menunjukkan bahwa menggunakan poster, alatperaga, dapat meningkatkan penerimaan visual responden dalam membaca dan mendengarkan. Ini dibuktikan dengan peningkatan pengetahuan responden sebanyak 60,7% setelah pemberian pendidikan kesehatan media poster ada pengaruh terhadap pengetahuan hipertensi pada lansia dengan  $p\text{-value } 0,000, < (0,005)$ .

## 6. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengabdian, diketahui tingkat pengetahuan lansia di panti sosial diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil analisis data karakteristik responden menurut usia Lansia di panti sosial lebih dominan berusia 61-70 berjumlah 21 dengan persentase (70,0%).
2. Hasil analisis data karakteristik responden menurut jenis kelamin lansia di panti sosial lebih dominan berjenis kelamin laki-laki berjumlah 20 responden (66,7%).
3. Hasil analisis data karakteristik responden menurut pendidikan terakhir lansia di panti sosial lebih dominan berpendidikan terakhir SMP 12 lansia (40,0%).
4. Hasil analisis tingkat pengetahuan lansia sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media poster lansia lebih dominan tingkat pengetahuan di dapatkan hasil bahwa katagori kurang sebanyak 15 lansia dengan persentase (50,0%)
5. Hasil analisis tingkat pengetahuan lansia sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media poster lansia lebih dominan tingkat pengetahuan katagori baik sebanyak 14 lansia dengan persentase (46,7%).
6. Perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan terdapat perbedaan pengetahuan lansia sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media poster. Rata-rata pengetahuan lansia sebelum diberikan pendidikan kesehatan 5,40 dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan 7,83  $p\text{-value } 0,001$  yang artinya terdapat hubungan yang signifikan dalam pemberian pendidikan kesehatan menggunakan poster terhadap pengetahuan lansia.

## 7. Referensi

1. Alfia, N. (2020). Gambaran Tingkat Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Di RW II Kelurahan Mintragen Kota. *jurnal Ilmiah Farmasi*.
2. Anafiah, S. e. (2022). Prosiding seminar nasional hasil peneletian dan pengabdian kepada masyarakat. *pelatihan pembuatan poster tema kesehatan lingkungan bagi anak di Dusun Pundung, Sleman, Yogyakarta*, Vol. 1. No. 1.
3. Apriyani Puji Hastuti, M. (2019). Hipertensi. *Klaten, Jawa Tengah: Lakeisha*, Anggota IKAPI No.181/JTE/2019.
4. Arikunto S. (2014). Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik. Revisi 201. Jakarta: PT Rineka Cipta;412 p.
5. Astuti, s. a. (2018). Penggunaan poster sebagai media komunikasi kesehatan. *Komunikologi: jurnal ilmiah ilmu komunikasi* 15.1.
6. Dareda, A. A. (2022). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media poster terhadap pengetahuan manajemen hipertensi Masyarakat di Kelurahan Ternate Tanjung Kota Manado. *jurnal fisioterapi dan ilmu kesehatan sishthana*.
7. Djafar, M. &. (2021). Promosi Kesehatan: Penyebab Terjadinya Hipertensi, (H. Aulia (ed.)). *Jawa Tengah: CV Pena Persada*.
8. el, M. A. (2019). Hubungan Antara Pola Kehilangan