

**TINGKAT PENGETAHUAN LANSIA TENTANG PENYAKIT
HIPERTENSI SEBELUM DAN SESUDAH PENYULUHAN
DI POSYANDU LANSIA PERMADI RW 02 KELURAHAN
TLOGOMAS KECAMATAN LOWOKWARU MALANG**

David Viligius Nia¹⁾, Tavip Dwi Wahyuni²⁾, Ani Sutriningsih³⁾

¹⁾ Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

²⁾ Dosen Program Studi Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

³⁾ Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

E-mail : viligiusnia@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi atau yang lebih dikenal dengan sebutan penyakit darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan seseorang berada diatas batas normal atau optimal yaitu 140 mmHg untuk sistolik dan 100 mmHg untuk diastolik. Tujuan penelitian adalah mengetahui tingkat pengetahuan lansia tentang penyakit hipertensi sebelum dan sesudah penyuluhan di posyandu lansia Permadi kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Malang. Desain penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah *pre experimental design* dengan rancangan *one group pre-post test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia di Posyandu Permadi sebanyak 50 lansia dan sampel penelitian menggunakan *total sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar kuisisioner dan lembar observasi pemeriksaan tekanan darah. Metode analisa data yang digunakan yaitu *paired sample T Test* dengan menggunakan SPSS. Hasil pendidikan sebelumnya penyuluhan tentang tingkat pengetahuan lansia kurang (43%), sedangkan hasil pendidikan sesudah penyuluhan tentang tingkat pengetahuan lansia meningkat (50%) dengan prosentase baik, hasil analisa data didapatkan nilai t-hitung 8,448. Kesimpulan penelitian adalah tingkat pengetahuan lansia tentang penyakit hipertensi sebelum dan sesudah penyuluhan di Posyandu lansia Permadi Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Malang. Bagi peneliti selanjutnya, dapat melakukan pendidikan kesehatan tentang penyakit lain seperti asam urat dengan menggunakan kelompok kontrol dan dengan area penelitian yang berbeda.

Kata Kunci : Lansia; penyuluhan hipertensi; tingkat pengetahuan.

**ABOUT KNOWLEDGE LEVEL ELDERLY HYPERTENSION DISEASE AND AFTER III
UMINATION IN POSYANDU RW 02 ELDERLY PERMADI KELURAHAN
TLOGOMAS LOWOKWARU DISTRICT MALANG**

ABSTRACT

Hypertension or better known as high blood pressure is a condition where a person's pressure is above the normal or optimal limit of 140 mmHg for systolic and 100 mmHg for diastolic. The aim of the study was to determine the level of knowledge of the elderly about hypertension before and after counseling at the posyandu in the elderly in Permadi, Tlogomas, Lowokwaru District, Malang. The research design used by the researcher was pre-experimental design with the design of one group pre-post test design. The population in this study were 50 elderly in the Permadi Posyandu and the sample used total sampling. The research instruments used were questionnaire sheets and observation sheets for blood pressure. Data analysis method used is paired sample T test using SPSS. Previous education results on counseling about the level of knowledge of the elderly is less (43%), while the results of education after counseling about the level of knowledge of the elderly increased (50%) with a good percentage, the results of data analysis were calculated 8.448. The conclusion of the study was the level of knowledge of the elderly about hypertension before and after counseling at the Posyandu in the Permadi Kelurahan Tlogomas Sub-District of Lowokwaru Sub-District Malang. For the next researcher, they can do health education about other diseases such as gout using a control group and with different research areas.

Keywords: Elderly; hypertension counseling; knowledge level.

PENDAHULUAN

Modernisasi saat ini mengakibatkan terjadi perubahan gaya hidup di dalam masyarakat, seperti kebiasaan makan berlebihan, terlalu banyak aktivitas, banyak merokok, dan kurang istirahat. Pola dan gaya hidup tersebut menyebabkan penyakit jantung dan

pembuluh darah banyak menyerang, terutama usia di atas 40 tahun. Salah satunya yaitu timbulnya penyakit darah tinggi atau yang disebut dengan Hipertensi (Wiryowidagdo dalam Agrina, dkk 2011).

Saat ini Indonesia memiliki bonus demografi yang akan terus meningkat hingga mencapai puncaknya pada 2035,

di mana jumlah penduduk diperkirakan mencapai 305,6 juta jiwa,”katanya. Setelah 2035, kata dia jumlah lansia atau penduduk tidak produktif akan menggelembung, sehingga sebetulnya sekarang ini kesempatan pemerintah secara besar-besaran memanfaatkan bonus demografi (Kemenko,2013).

Salah satu prioritas masalah kesehatan di Indonesia maupun di dunia adalah Hipertensi, hal ini terjadi karena dalam jangka panjang peningkatan tekanan darah yang berlangsung kronik akan menyebabkan masalah kardiovaskuler, serebrovaskuler dan renovaskuler. Hipertensi atau yang lebih dikenal dengan sebutan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah seseorang berada di atas batas normal atau optimal yaitu 140 mmHg untuk sistolik dan 100 mmHg untuk diastolik.

Penyakit ini dikategorikan sebagai *the silent disease* karena penderita tidak mengetahui dirinya mengidap Hipertensi sebelum memeriksa tekanan darahnya. Hipertensi yang terjadi dalam jangka waktu lama dan terus menerus bisa memicu *stroke*, serangan jantung, gagal jantung dan merupakan penyebab utama GJK atau Gagal Ginjal Kronik (Purnomo,2009).

Hipertensi disebut juga pembunuh diam-diam atau *silent killer* karena pada sebagian besar kasus tidak menunjukkan gejala apa pun. Sakit kepala yang sering menjadi indikator Hipertensi tidak terjadi

pada beberapa orang atau dianggap sebagai keluhan ringan yang akan sembuh dengan sendirinya (Kowalski, 2010; Nurrahmani, 2012).

Hipertensi belum diketahui faktor penyebabnya, namun ditemukan beberapa faktor resiko yang dapat menyebabkan terjadinya tekanan darah tinggi yaitu usia lanjut dan adanya riwayat tekanan darah tinggi dalam keluarga. Selain itu juga terdapat faktor-faktor yang dapat menyebabkan terjadinya tekanan darah tinggi yaitu kelebihan berat badan yang diikuti dengan kurangnya berolahraga, serta mengkonsumsi makanan yang berlemak dan berkadar garam tinggi (Palmer, 2007). Begitu banyaknya penyebab Hipertensi sehingga menyebabkan Hipertensi merupakan penyakit dengan penderita yang banyak.

Berdasarkan data DepKes Indonesia tahun 2011, prevalensi Hipertensi di Indonesia mencapai (31,7%) dari populasi usia 18 tahun ke atas dan sekitar (60%) penderita Hipertensi berakhir pada Stroke. Sedangkan sisanya mengakibatkan penyakit jantung, gagal ginjal dan kebutaan. Data Riskesdas (2007) menyebutkan Hipertensi sebagai penyebab kematian nomor 3 setelah Stroke dan Tuberkulosis, jumlahnya mencapai (6,8%) dari proporsi penyebab kematian pada semua umur di Indonesia (Yoga, 2009). Berdasarkan uraian tersebut maka pasien Hipertensi perlu mendapatkan terapi Hipertensi yang

bertujuan mencegah komplikasi, menurunkan kejadian Kardiovaskuler, Serebrovaskuler, dan Renovaskuler, dengan kata lain menurunkan efek tekanan darah tinggi terhadap kerusakan *end-organ*. Tetapi Hipertensi dapat dikelompokkan dalam terapi farmakologis dan terapi non farmakologis (Sudoyo dkk, 2006).

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan menyebabkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga keluarga tidak hanya sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan sesuai ajaran yang ada hubungannya dengan kesehatan (azwar 1983; dikutip Machfeodz, 2007). Dalam bidang keperawatan, penyuluhan kesehatan adalah suatu bentuk intervensi keperawatan yang mandiri untuk membantu klien, baik individu, keluarga, kelompok maupun masyarakat dalam mengatasi masalah kesehatan melalui kegiatan pembelajaran, yang didalamnya perawat berperan sebagai perawat pendidik (Suliha, 2001). Pemulihan metode dan alat peraga perlu disesuaikan dengan sasaran pada penyuluhan kesehatanyang akan dilakukan. Kemampuan penyuluh menguasai materi dan melakukan komunikasi secara efektif terhadap sasaran mempengaruhi keberhasilan dari penyuluhan. Hal ini karena komunikasi merupakan proses tercapainya kesamaan pengertian antara individu yang bertindak sebagai sumber

dengan individu yang bertindak sebagai pendengar. Pengertian yang dimaksudkan disini adalah pengertian tentang Hipertensi.

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 08 Juli 2015 di posyandu Lansia permadi RW 02 Kelurahan Tlogomas, Kecamatan Lowokwaru Malang, lansia yang datang sebanyak 50 orang lansia, dengan mendatangi kerumah masing-masing pada 8 lansia. Lima lansia (62,5%) mengatakan sering mengalami kekambuhan Hipertensi yaitu kenaikan tekanan darah setelah memakan makanan yang mereka sukai dan diantaranya adalah makanan pantangan untuk penderita Hipertensi. Tiga lansia (37,5%) dari lansia tersebut mengatakan mengetahui makanan yang dipantang dan sudah berusaha mematuhi untuk menghindarinya. Hasilnya terkadang tekanan darah mereka tetap naik dan ada yang terkontrol atau normal. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui Tingkat Pengetahuan Lansia Tentang Penyakit Hipertensi Sebelum dan Sesudah Penyuluhan di Posyandu Lansia Permadi RW 02 Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Malang

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah *pre experimental design dengan rancangan one group pre-post test design*. Populasi dalam

penelitian ini adalah lansia di posyandu Lansia permadi RW 02 kelurahan Tlogomas Malang dan sampel penelitian menggunakan *Total Sampling* yaitu sebanyak 50 lansia. Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu klien yang berusia diatas 55 tahun, klien yang bersedia menjadi responden, klien yang bisa menulis, klien yang penglihatannya tidak terganggu, dan klien yang kooperatif. Variabel penelitian ini terdiri dari variabel bebas (*indenpenden*) yaitu tingkat pengetahuan lansia tentang penyakit Hipertensi dan variabel terikat (*dependen*) yaitu penyuluhan kesehatan tentang penyakit hipertensi. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah kuisisioner dan lembar pemeriksaan tekanan darah. Metode analisa data yang digunakan yaitu *Paired Sample T Test* dengan menggunakan SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah yang berusia 61-65 Tahun yaitu sebanyak (34%), sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu 35 responden (70%), sebagian besar responden mendapatkan informasi dari pelayanan kesehatan yaitu 15 responden (30%), dan sebagian besar pendidikan responden adalah perguruan tinggi yaitu 14 responden (28%).

Tabel 1 Karakteristik Responden

Karakteristik	f	(%)
Umur :		
55-60 tahun	15	30
61-65 tahun	17	34
66-70	13	26
71-75	5	10
Total	50	100
Jenis kelamin :		
Laki-laki	15	30
Perempuan	35	70
Total	50	100
Informasi :		
keluarga	5	10
Pelayanan kesehatan	15	30
Media massa	7	14
Lain-lain	10	20
Total	50	100
Pendidikan :		
Tidak sekolah	11	22
SD	12	24
SMP	5	10
SMA	8	16
Perguruan tinggi	14	28
Total	50	100

Tabel 2 Kategori tingkat pengetahuan sebelum penyuluhan diposyandu lansia Permadi RW02 Tlogomas Malang

Pengetahuan	f	(%)
Baik	13	26
cukup	20	40
kurang	17	34
total	50	100

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa dari 50 responden sebagian besar tingkat pengetahuan sebelum penyuluhan dalam kategori cukup yaitu 20 responden (40%).

Tabel 3 Kategori tingkat pengetahuan sesudah penyuluhan di posyandu Lansia Permadi RW 02 Tlogomas Malang

Pengetahuan	f	(%)
Baik	25	50
cukup	18	36
kurang	7	14
total	50	100

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa dari 50 responden sebagian besar tingkat pengetahuan sesudah penyuluhan dalam kategori baik yaitu 25 orang (50%).

Tabel 4 Pengaruh Penyuluhan Kesehatan terhadap Tingkat Pengetahuan Lansia tentang Hipertensi

Tingkat pengetahuan	(%)	T hitung	T tabel	sig
Sebelum penyuluhan	Cukup (40 %)	8,448	2,009	0,000
Sesudah penyuluhan	Baik (50 %)			

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa nilai signifikansi kurang dari 0,05 ($0,000 < 0,005$), sedangkan nilai t hitung = -8,448 dan t tabel ($50 : 0,005$) = 2,009 sehingga nilai t hitung lebih besar dari nilai t tabel ($-8,448 > 2,009$). Hal tersebut berarti H_0 ditolak dan artinya ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan tentang penyakit hipertensi terhadap tingkat pengetahuan lansia hipertensi diposyandu lansia permadi Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Malang.

Tingkat Pengetahuan Lansia Sebelum Penyuluhan

Persepsi penilaian responden terhadap tingkat pengetahuan sebelum penyuluhan yang meliputi penyebab hipertensi, tanda dan gejala hipertensi, cara pencegahan hipertensi, komplikasi hipertensi, faktor resiko hipertensi dan diit hipertensi berdasarkan tabel 4 tersebut

dapat diketahui bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan lansia sebelum penyuluhan dalam kategori cukup yaitu sebanyak 20 orang (40%) maka tingkat pengetahuan lansia sebelum penyuluhan dikatakan cukup, karena kriteria cukup memiliki prosentase yang tertinggi, walau pun tingkat pengetahuan dikatakan cukup, sebaiknya petugas posyandu juga perlu meningkatkan tingkat pengetahuan lansia yaitu dalam hal penyebab hipertensi hal ini dapat dari rekap data penyebab hipertensi memiliki jumlah paling sedikit di bandingkan dengan tingkat pengetahuan yang lain. Pengetahuan yang cukup dapat dipengaruhi oleh bebrbagai faktor yaitu pendidikan.

Berdasarkan Tabel 1 dari 50 responden didapatkan bahwa sebagian besar pendidikan responden adalah perguruan tinggi yaitu 14 responden (28 %). Tinggi rendahnya tingkat pengetahuan

seseorang dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya adalah pendidikan. Hal ini dibenarkan oleh pendapat (Wawan 2010) bahwa pendidikan dapat menambah wawasan atau pengetahuan. Seseorang yang mempunyai pendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan lebih luas dibandingkan dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah. Sedangkan menurut (Notoatmojo, 2003) bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi pula pengetahuan yang di dapat oleh orang tersebut yang akhirnya dapat dipengaruhi terhadap pola pikir dan juga nalar seseorang. Jadi jika dilihat dari data umum responden tentang tingkat responden yang menyebutkan bahwa rata-rata pendidikan yang di tempuh oleh responden adalah perguruan tinggi, maka sangat relevan dengan hasil yang didapat dari tingkat pengetahuan yaitu sebanyak 14 orang tingkat pengetahuannya.

Sebelum penyuluhan kesehatan, lansia yang menjadi responden yang dikumpul dalam ruangan yang kosong, kemudian lansia diminta untuk mengisi kuisioner tingkat pengetahuan lansia. Lalu setelah pengisian kuisioner, dilakukanlah penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah. Di awal dilakukannya penyuluhan lansia sangat antusias untuk mendengarkan, ditambah dengan gambar-gambar yang berkaitan dengan penyakit hipertensi yang menarik dan petugas yang ada di posyandu lansia permadi juga sangat mendukung dengan

adanya penelitian tentang penyuluhan kesehatan.

Hal ini menggambarkan bahwa penyuluhan kesehatan merupakan suatu kegiatan yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan. Dengan diberikannya penyuluhan maka responden mendapatkan pembelajaran yang menghasilkan suatu perubahan dari yang semula tidak tahu menjadi tahu.

Tingkat Pengetahuan Lansia Sesudah Penyuluhan

Persepsi penilaian responden terhadap tingkat pengetahuan sebelum penyuluhan yang meliputi penyebab hipertensi, tanda dan gejala hipertensi, cara pencegahan hipertensi, komplikasi hipertensi, faktor resiko hipertensi dan diit hipertensi berdasarkan tabel 3. tersebut dapat diketahui bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan lansia sesudah penyuluhan dalam kategori baik yaitu sebanyak 25 orang (50%). Maka tingkat pengetahuan lansia sebelum penyuluhan dikatakan baik, tetapi alangkah baiknya petugas posyandu juga perlu melihat lansia yang mempunyai tingkat pengetahuan kurang sehingga pengetahuan lansia jauh lebih baik lagi. Selain itu perlu adanya pemberdayaan masyarakat khususnya bagi responden yang berpendidikan rendah seperti penyuluhan kesehatan agar menambah wawasan pengetahuannya. Dengan pengetahuan yang dimiliki maka responden akan tumbuh kesadaran dan

pemahaman akan kesehatan. Dengan pengetahuan yang dimiliki maka timbul kemampuan responden yang berpendidikan rendah sehingga responden mampu mencegah penyakit hipertensi. Dan salah faktor yang mempengaruhi adalah informasi dan umur.

Pengalaman juga mempengaruhi pendidikan individu seperti dikatakan (Notoatmojo,2012) bahwa pengalaman merupakan sumber pengalaman. Semakin banyak pengalaman seseorang, maka semakin baik pengetahuannya. Jika dilihat dari Tabel 1 tentang informasi sebagian besar responden mendapatkan informasi dari pelayanan kesehatan yaitu 15 subjek (30%). Jadi dengan adanya pengalaman seseorang tingkat pengetahuannya juga semakin baik.

Selain pengalaman, tingkat pengetahuan seseorang juga bisa dipengaruhi oleh usia karena dengan bertambah usia biasanya intelektual orang tersebut lebih dewasa pula. Dalam hal ini usia responden bervariasi. Berdasarkan Tabel 1 tentang distribusi karakteristik responden berdasarkan umur didapatkan bahwa sebagian besar responden adalah yang berusia 61-65 tahun yaitu sebanyak 17 responden (34%). Hal ini dibenarkan oleh pendapat (Wawan, 2010) dengan bertambahnya usia maka tingkat pengetahuan akan berkembang sesuai dengan pengetahuan yang didapat, sedangkan menurut Notoatmodjo (2012) pengetahuan pada dasarnya terdiri dari

sejumlah fakta-fakta dan teori yang memungkinkan seseorang untuk dapat memecahkan masalah yang dihadapinya. Pengetahuan tersebut diperoleh baik dari pengalaman langsung maupun melalui pengalaman orang lain. Dengan bertambahnya umur, resiko tekanan hipertensi lebih besar sehingga prevalensi dikalangan usia lanjut cukup tinggi yaitu 40% dengan kematian sekitar 50% diatas umur 60 tahun. Arteri kehilangan elastisitas atau kelenturan serta tekanan darah meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Peningkatan kasus hipertensi akan berkembang pada umur lima puluh tahun dan enam puluhan. Dengan bertambahnya umur, dapat meningkatkan resiko terjadinya hipertensi. Menurut Wawan (2010) salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang adalah pekerjaan, dengan ada pekerjaan seseorang memerlukan banyak waktu untuk menyelesaikan pekerjaan yang dianggap penting. Hal ini sesuai dengan teori Depkes RI (1996) dalam konsepsi kesehatan secara umum, penyuluhan merupakan upaya bantuan yang diberikan konseling supaya dia memperoleh konsep diri sendiri untuk memanfaatkan olehnya dalam memperbaiki tingkah lakunya pada masyarakat yang akan datang. Dengan demikian, responden tidak saja sadar, tahu, dan mengerti, tetapi juga mau dan dapat melakukan anjuran yang berhubungan dengan kesehatan khususnya tentang penyakit hipertensi.

Jadi dengan adanya pengalaman lansia, tingkat pengetahuan tentang penyakit hipertensi juga semakin baik.

Tingkat Pengetahuan Lansia Tentang Penyakit Hipertensi Sebelum Dan Sesudah Penyuluhan

Berdasarkan hasil uji *Paired Sample T Test* tersebut diperoleh nilai T hitung sebesar -8,448 sedangkan untuk menemukan T tabel pada tingkat kesalahan 5% atau $\alpha = 0,05$ dengan df pembilang = 1 dan df penyebut = 49 sehingga T tabel = 2,009. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut terlihat bahwa T hitung > T tabel ($-8,448 > 2,009$), sehingga diketahui bahwa H₁ diterima berarti bahwa ada "pengaruh penyuluhan kesehatan tentang penyakit hipertensi terhadap tingkat pengetahuan lansia hipertensi di Posyandu Lansia Permadi RW 02 Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Malang".

Berdasarkan hasil penelitian didapat data seperti berikut : sebagian besar tingkat pengetahuan responden sebelum dilakukan penyuluhan masuk dalam kategori cukup sebanyak 20 subyek (40%) dan sebagian besar tingkat pengetahuan responden sesudah dilakukan penyuluhan masuk dalam kategori baik sebanyak 25 subyek (50%). Data yang didapat di analisis dengan menggunakan *uji paired sample T-Test* dengan menggunakan bantuan SPSS versi 16 for windows, didapat *P Value* = $0,000 < \alpha (0,05)$ yang berarti H₁

diterima, sehingga ada "pengaruh penyuluhan kesehatan tentang penyakit hipertensi terhadap tingkat pengetahuan lansia di posyandu lansia permadi RW 02 Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Malang".

Dengan adanya pengaruh media yang dilakukan berbeda oleh peneliti, bisa memberi kesan yang menyenangkan untuk mengetahui tentang penyakit hipertensi, responden tidak merasa suntuk, mereka menikmati penyuluhan tersebut dan responden fokus saat penyampaian materi dan akhir penyuluhan responden diberi selebaran leaflet dengan bentuk yang menarik, agar tetap dibaca. Pengaruh peneliti memberikan penyuluhan, memberikan responden pengetahuan lebih mendalam tentang penyakit hipertensi.

Hipertensi atau darah tinggi adalah penyakit kelainan jantung pembyuluh darah yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah. *World Health Organization* (WHO) memberikan batasan tekanan darah normal 140/90 mmHg, dan tekanan darah sama atau diatas 160/95 mmHg dinyatakan sebagai hipertensi. Batasan ini tidak membedakan antara usia dan jenis kelamin (Marliani, 2007).

Berdasarkan penelitian tentang hipertensi yang dilakukan di Posyandu Lansia Permadi Kelurahan Tlogomas RW 02 Kecamatan Lowokwaru Malang, hipertensi yang terjadi pada lansia diambil 50 responden (100%) yang

mengalami hipertensi. Penyuluhan kesehatan dapat diartikan sebagai hubungan timbal balik antara dua individu atau lebih, dimana seseorang (yaitu pasien) untuk mencapai pengertian tentang dirinya sendiri dalam hubungan dengan masalah – masalah yang dihadapinya pada waktu yang akan datang.

Berdasarkan penelitian terdapat terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan lansia sebelum dan sesudah penyuluhan dengan tingkat pengetahuan cukup menjadi tingkat pengetahuan baik. Menurut Notoatmodjo (2012) pengetahuan pada dasarnya terdiri dari sejumlah fakta-fakta dan teori yang memungkinkan seseorang untuk dapat memecahkan masalah yang dihadapinya. Diharapkan dengan adanya penyuluhan kesehatan para lansia selalu memperhatikan kesehatan terutama bagi penderita penyakit hipertensi selalu menjaga pola makan sehari-hari.

KESIMPULAN

- 1) Tingkat pengetahuan lansia sebelum penyuluhan tentang penyakit hipertensi adalah cukup (40%).
- 2) Tingkat pengetahuan lansia sesudah penyuluhan tentang penyakit hipertensi adalah baik (50%).
- 3) Penyuluhan kesehatan tentang penyakit hipertensi pada lansia pengaruh terhadap tingkat

pengetahuan lansia tentang penyakit hipertensi dengan ($p\text{-value} = 0,000$).

DAFTAR PUSTAKA

- Agrina, Sunarti Swastika Rini, Dan Riyan Hairitama. 2011. Kepatuhan Lansia Penderita Hipertensi Dalam Pemenuhan Diet Hipertens. 6(1): 46-53.
- Balitbangkes. 2007. Riset Kesehatan Dasar. Kemenkes. Jakarta: Badan Penelitian Pengembangan Kesehatan RI
- Departemen Kesehatan RI. 1996. 13 Pesan Dasar Gizi Seimbang. Jakarta. Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat. Direktorat Gizi Masyarakat
- Kemenko Kesra. 2013. Kerangka Kebijakan Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi Dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). Jakarta : Kementerian Perekonomian Dan Kesejahteraan Rakyat.
- Kowalski, Robert. 2010. Terapi Hipertensi: Program 8 Minggu Menurunkan Tekanan Darah Tinggi. Alih Bahasa: Rani Ekawati. Bandung: Qanita Mizan Pustaka
- Marliani, L. 2007. 100 Questions & Answers Hipertensi. Jakarta : Elex Media Komputindo
- Nurrahmani, Ulfah. 2012. Stop Hipertensi. Yogyakarta : Familia

- Notoatmojo, S. 2003. Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Machfoedz. 2007. Metodologi Penelitian Bidang Kesehatan, Keperawatan Dan Kebidanan. Yogyakarta: Fitramaya
- Palmer A, W. B. 2007. Tekanan Darah Tinggi. Jakarta: Erlangga
- Purnomo, H. 2009. Pencegahan Dan Pengobatan Penyakit Yang Paling Mematikan (Hipertensi). Jakarta: Buana Pustaka.
- Sudoyo A.W. Alwi I, Setiyohadi B. 2006. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam. Ed V Jilid III. Jakarta: Departemen Ilmu Penyakit Dalam FKUI: Interna Publishing. 1709-1713
- Suliha, Uha. 2001. Pendidikan Kesehatan Dalam Keperawatan. Jakarta: EGC
- Yoga, T. 2009. Hindari Hipertensi, Konsumsi Garam 1 Sendok Teh Per Hari. Ttp/Www.Depkes.Go.Id. Diakses pada tanggal 1 September 2015.