



GAMBARAN PENGETAHUAN, SIKAP, DAN TINDAKAN PENDERITA HIPERTENSI TENTANG TERAPI NON - FARMAKOLOGI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MAELANG, KABUPATEN BOLAANG MONGONDOW

Fitri Damopolii¹, Lucyana pongoh², Agusteivi Telew³

^{1,2,3}Ilmu Kesehatan Masyarakat, Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Masyarakat,
Universitas Negeri Manado, Tondano, Indonesia

Email: fitrydamopolii1612@gmail.com

Abstract

Background: Hypertensive disease is the third leading cause of death, accounting for 6.7% of all deaths at all ages in Indonesia. Patients can follow non-pharmacological therapies including lifestyle changes, reducing alcohol consumption, adjusting diet with plenty of fresh fruits and vegetables, low-fat milk, legumes, and high protein, low sodium intake, bay leaf decoction water, deep breathing therapy, and finger grip relaxation therapy. The purpose of this study was to determine the level of knowledge, attitudes, and actions of patients with hypertension about non-pharmacological therapies in the Maelang Health Center Working Area. The method used in this study was a quantitative approach with a cross-sectional design. The sample used in this study was 65 patients with hypertension. Data collection techniques using primary and secondary data. The results showed that most patients with hypertension at the Maelang health center had good category knowledge about non-pharmacological therapy as many as 53 respondents (81.5%). Most hypertensive patients at Maelang health center have a good category attitude about non-pharmacological therapy as many as 42 respondents (64.6%). Most of the hypertensive patients at Maelang health center have follow-up

Keywords: Hypertension, Knowledge, Attitude, Action, Non-Pharmacologic Therapy

Abstrak

Latar belakang: Penyakit hipertensi merupakan penyebab kematian ketiga sebesar 6,7% dari seluruh kematian pada semua umur di Indonesia. Pasien bisa mengikuti Terapi non farmakologis termasuk perubahan gaya hidup,, mengurangi konsumsi alkohol, mengatur pola makan dengan banyak buah-buahan dan sayuran segar, susu rendah lemak, kacang-kacangan, dan protein tinggi, rendahnya asupan natrium, air rebusan daun salam, terapi pernapasan dalam, dan terapi relaksasi genggam jari. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat pengetahuan, sikap, dan tindakan penderita hipertensi tentang terapi non farmakologi di Wilayah Kerja Puskesmas Maelang. metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 65 pasien penderita hipertensi. Teknik pengumpulan data menggunakan data primer dan sekunder. Hasil penelitian yang di dapatkan bahwa diperoleh bahwa sebagian besar penderita hipertensi di puskesmas Maelang memiliki pengetahuan kategori baik tentang terapi non farmakologi sebanyak 53 responden (81,5%). Sebagian besar penderita hipertensi di puskesmas Maelang memiliki sikap kategori baik tentang terapi non farmakologi sebanyak 42 responden (64,6%). Sebagian besar penderita hipertensi di puskesmas Maelang memiliki tindakan kategori baik tentang terapi non farmakologi sebanyak 47 responden (72,3%).

Kata Kunci : Hipertensi, Pengetahuan, Sikap, Tindakan, Terapi Non-Farmakologi

PENDAHULUAN

Tekanan darah tinggi, juga dikenal sebagai hipertensi, adalah penyakit serius yang meningkatkan risiko jantung, otak, ginjal, dan penyakit lainnya. Di seluruh dunia, 1,28 miliar orang dewasa berusia 30 - 79 tahun menderita hipertensi, dan dua pertiga dari mereka tinggal di negara berpenghasilan rendah atau menengah. Di seluruh dunia, hipertensi adalah penyebab utama kematian dini. Menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun adalah salah satu target global untuk penyakit tidak menular (WHO,2022).

Menurut data Riskesdas tahun 2018, 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. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Yuzianti., et al. 2023) dengan judul "Tingkat Pengetahuan Penderita Hipertensi Tentang Terapi Non Farmakologi" menemukan hasil tingkat pengetahuan pasien hipertensi yang kurang baik sebesar 14,7% sedangkan tingkat pengetahuan cukup sebesar 27,9%.

Terapi non farmakologis termasuk perubahan gaya hidup (berolahraga secara teratur dan menghindari stres), mengurangi konsumsi alkohol, mengatur pola makan dengan banyak buah-buahan dan sayuran segar, susu rendah lemak, kacang-kacangan, dan protein tinggi (ikan, unggas, dan kacang-kacangan), rendahnya asupan natrium, air rebusan daun salam, terapi pernapasan dalam (bernapas dalam dengan napas dalam yang lambat), dan terapi relaksasi genggaman jari (Bagus Tri Saputra et al. 2023).

Puskesmas maelang merupakan salah satu puskesmas di wilayah kabupaten Bolaang mongondow provinsi Sulawesi utara. Puskesmas maelang merupakan salah satu puskesmas di wilayah kabupaten Bolaang mongondow provinsi Sulawesi utara. Berdasarkan observasi awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 27 Desember 2023 di puskesmas maelang penyakit hipertensi di tiga tahun terakhir yaitu pada tahun 2021 tercatat 224 pasien, pada tahun 2022 tercatat 249 pasien, dan pada tahun 2023 bulan Januari - November akhir berjumlah 182 pasien. Penderita hipertensi tersebut rata rata berusia 40-67 yang di mana lebih banyak berjenis kelamin wanita.

Hasil prasurevei yang dilakukan oleh peneliti pada 10 orang di desa Bolangat, kabupaten Bolaang Mongondow, pada tanggal 30 November 2023, menunjukkan bahwa 4 anggota kelompok tersebut mengalami hipertensi dan mengkonsumsi tumbuhan rebus seperti air daun sirsak, kumis kucing, kayu 3 manis, kunyit rebus dan parut, dan daun alpukat. Peneliti juga menemukan bahwa orang-orang yang diwawancarai mengatakan bahwa mereka sering mengonsumsi tumbuhan rebus untuk menurunkan tekanan darah mereka karena alergi terhadap obat-obatan. Selain itu, enam orang yang disurvei oleh peneliti mereka menyatakan bahwa metode yang mereka gunakan untuk mengurangi hipertensi mereka adalah mengambil obat dokter seperti amlodipin dan sebagainya. Peneliti juga mengakui bahwa olahraga menurunkan tekanan darah tidak terlalu sering atau sama sekali tidak terjadi.

Berdasarkan latar belakang di tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Gambaran Pengetahuan, Sikap, Dan Tindakan Penderita Hipertensi

Tentang Terapi Non-Farmakologi Di Puskesmas Maelang, Kabupaten Bolaang Mongondow"

METODE

Jenis Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Maelang, Kabupate Bolaang Mongondow. Populasi penelitian ini yaitu 182 pasien penderita hipertensi. Sampel pada penelitian ini berjumlah 65 orang dengan teknik pengambilan sampling menggunakan nonprobability sampling dengan metode accidental sampling Penelitian ini untuk mengetahui Bagaimana gambaran tingkat pengetahuan, sikap, dan tindakan penderita hipertensi tentang terapi non-farmakologi di Wilayah Kerja Puskesmas Maelang.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin.

Jenis kelamin	(n)	(%)
Laki-laki	23	35,4
Perempuan	42	64,6
Total	65	100

Berdasarkan tabel 1 diperoleh bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin mayoritas adalah perempuan sebanyak 42 responden (64,6%) dan jenis laki-laki sebanyak 23 responden (35,4).

Tabel 2. Karateristik responden berdasarkan usia.

Usia	(n)	(%)
41-50 tahun	9	13,8
51-60 tahun	23	35,4
61-72 tahun	33	50,8
Total	65	100

Berdasarkan tabel 2 diperoleh bahwa karakteristik responden berdasarkan usia mayoritas berusia 61-72 tahun sebanyak 33 responden (50,8%), usia 51-60 tahun sebanyak 23 responden (35,4%), dan usia 41-50 tahun sebanyak 9 responden (13,8%).

Tabel 3. Karakteristik responden pendidikan terakhir

Pendidikan terakhir	(n)	(%)
SD	16	24,6
SMP	37	56,9
SMA	12	18,5
Total	65	100

Berdasarkan tabel 3 diperoleh bahwa karakteristik responden berdasarkan pendidikan terakhir mayoritas SMP sebanyak 37 responden (56,9%), SD sebanyak 16 responden (24,6%), dan SMA sebanyak 12 responden (18,5%).

Tabel 4. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Tingkat Stres	(n)	(%)
IRT	32	49.2
Petani	22	33.8
Nelayan	4	6.2
Pegawai Swasta	6	9.2
Pegawai Sipil	1	1.5
Total	65	100

Berdasarkan tabel 4 diperoleh hasil bahwa karakteristik responden berdasarkan pekerjaan mayoritas IRT sebanyak 32 responden (49,2%), petani sebanyak 22 responden (33,8%), pegawai swasta 6 responden (9,2%), nelayan sebanyak 4 responden (6,2%), dan pegawai sipil 1 responden (1,5%).

Tabel 5. Distribusi responden berdasarkan Pengetahuan penderita Hipertensi tentang terapi Non Farmakologi

Kategori	(n)	(%)
Baik	53	81,5
Cukup baik	9	13,8
Kurang	3	4,6
Total	65	100

Berdasarkan tabel 5 diperoleh hasil sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik tentang terapi non farmakologi sebanyak 53 responden (81,5%), pengetahuan cukup baik sebanyak 9 responden (13,8%), dan pengetahuan kurang sebanyak 3 responden (4,6%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Sikap Penderita Hipertensi Tentang Terapi Non Farmakologi

Kategori	(n)	(%)
Baik	42	64,6
Cukup baik	18	27,7
Kurang	5	7,7
Total	65	100

Berdasarkan tabel 6 diperoleh hasil bahwa mayoritas responden memiliki sikap baik sebanyak 42 responden (64,6%), sikap cukup baik sebanyak 18 responden (27,7%), dan sikap kurang sebanyak 5 (7,7%).

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Tindakan Penderita Hipertensi Tentang Terapi Non Farmakologi

Kategori	(n)	(%)
Baik	47	72,3
Cukup baik	12	18,5
Kurang	6	9,2
TOTAL	65	100

Berdasarkan tabel 7 diperoleh hasil bahwa mayoritas responden memiliki tindakan baik sebanyak 47 responden (72,3%), tindakan cukup baik sebanyak 12 responden (18,5%), dan tindakan kurang sebanyak 6 responden (9,2%).

PEMBAHASAN

a. Karakteristik responden

Karakteristik responden berdasarkan tabel 1 diperoleh bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 42 responden (64,6%), tabel 2 diperoleh mayoritas berusia 61-72 tahun sebanyak 33 responden (50,8%). Tabel 3 diperoleh hasil karakteristik pendidikan terakhir responden mayoritas memiliki pendidikan SMP yaitu sebanyak 37 responden (56,7%), dan tabel 4 diperoleh hasil pekerjaan responden mayoritas memiliki pekerjaan IRT sebanyak 32 responden (49,2%).

b. Gambaran Tingkat pengetahuan Penderita Hipertensi Tentang Terapi Non Farmakologi

Berdasarkan tabel 5 di atas dijelaskan bahwa dari 65 responden, didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan baik tentang terapi non farmakologi sebanyak 53 responden (81,5%).

Peneliti berasumsi bahwa pengetahuan responden yang sebagian besar baik disebabkan oleh keaktifan penderita hipertensi dalam mencari informasi tentang terapi non farmakologi, baik melalui media elektrik, informasi dari tenaga kesehatan setempat, maupun dari sosialisai yang mereka ikuti. Akibatnya, penderita hipertensi memiliki pemahaman yang lebih mendalam tentang terapi non farmakologi ini.

Hal ini sejalan dengan pernyataan Notoadmodjo (2014) yang menyatakan bahwa pengetahuan adalah hasil dari penginderaan manusia, atau hasil dari seseorang mengetahui suatu objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga dan sebagainya). Selain tingkat pendidikan, pengetahuan seseorang juga dipengaruhi oleh pengalaman orang lain yang diperoleh melalui media cetak dan elektronik mengenai informasi tentang hipertensi.

Oleh karena itu, pasien yang terbiasa membaca majalah, artikel, koran, dan sumber cetak lainnya akan memiliki pemahaman yang lebih baik tentang hipertensi. Demikian pula, pengetahuan yang diperoleh melalui media elektronik seperti televisi, radio, telepon genggam, dan lainnya akan memungkinkan seseorang untuk mendapatkan informasi mengenai hipertensi dengan lebih cepat dan mudah (Titiek Lestari, 2015).

c. Gambaran Sikap Penderita Hipertensi Tentang Terapi Non Farmakologi

Berdasarkan tabel 3. Di atas dijelaskan bahwa dari 65 responden, sebagian besar responden memiliki sikap baik terhadap terapi non farmakologi sebanyak 42 responden (64,7%). Sikap merupakan respons individu terhadap rangsangan atau objek yang berkaitan dengan kesehatan, penyakit, dan faktor yang mempengaruhi kesehatan seperti lingkungan, makanan, minuman, dan layanan kesehatan (Notoadmodjo, 2014). Peneliti berasumsi tingkat sikap yang baik mungkin terjadi karena tingginya kesadaran atau keinginan responden untuk menjaga kesehatan, menyembuhkan penyakit, atau meningkatkan kondisi kesehatan mereka.

Menurut teori Purwaningsih Indriyati (2022), hanya ada tiga faktor dari berbagai faktor sikap yang mempengaruhi sikap responden terhadap hipertensi dan pengobatannya, yaitu pengalaman pribadi, media massa, dan faktor emosional. Agar dapat menjadi dasar pembentukan sikap, pengalaman pribadi harus meninggalkan kesan yang kuat. Terkadang, suatu sikap merupakan pernyataan yang didasari oleh emosi dan berfungsi sebagai saluran untuk mengatasi frustrasi atau sebagai mekanisme pertahanan ego. Pengalaman responden sangat berkaitan dengan pengetahuan yang mereka peroleh. Pengetahuan ini dapat diperoleh melalui kegiatan penyuluhan dan media massa seperti televisi, radio, serta alat komunikasi lainnya seperti telepon seluler yang menyediakan berbagai informasi kesehatan. Faktor emosional seringkali beriringan dengan pengalaman pribadi responden.

d. Gambaran Tindakan Penderita Hipertensi Tentang Terapi Non Farmakologi

Berdasarkan tabel 4 di atas didapatkan bahwa dari 65 responden, mayoritas responden memiliki tindakan terapi non farmakologi pada kategori baik sebanyak 47 responden (72,3%).

Menurut Siltrakool (2012), tindakan mencakup segala kegiatan atau aktivitas yang dilakukan seseorang sebagai respons terhadap rangsangan eksternal, yang mencerminkan pengetahuan dan sikap mereka. Robert Kwick menyatakan bahwa perilaku adalah bagian dari tindakan seseorang yang dapat dipelajari dan diamati. Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku manusia atau masyarakat adalah tingkat pengetahuan (Donsu, 2017).

Hasil ini sesuai dengan teori Titiek Lestari (2015) yang menyatakan bahwa dasarnya, tindakan manusia berorientasi pada tujuan. Dengan kata lain, tindakan yang dilakukan responden bertujuan untuk mencapai kesembuhan dengan cara menerapkan terapi non farmakologi agar tercapainya kesembuhan. Menurut teori Green, dapat disimpulkan bahwa perilaku seseorang atau masyarakat terkait kesehatan dapat ditentukan oleh pengetahuan, sikap, kepercayaan, dan tradisi mereka. Selain itu, ketersediaan fasilitas kesehatan serta sikap dan perilaku petugas kesehatan juga mendukung dan memperkuat terbentuknya perilaku.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Diperoleh bahwa mayoritas responden memiliki usia 61-72 tahun sebanyak 33 responden (50,8%). Pendidikan terakhir responden mayoritas memiliki pendidikan SMP yaitu sebanyak 37 responden (56,7%). Dan pekerjaan responden mayoritas memiliki pekerjaan IRT sebanyak 32 responden (49,2%). Sebagian besar penderita hipertensi di puskesmas Maelang memiliki pengetahuan kategori baik tentang terapi non farmakologi sebanyak 53 responden (81,5%). Sebagian besar penderita hipertensi di puskesmas Maelang memiliki sikap kategori baik tentang terapi non farmakologi sebanyak 42 responden (64,6%). Sebagian besar penderita hipertensi di puskesmas Maelang memiliki tindakan

kategori baik tentang terapi non farmakologi sebanyak 47 responden (72,3%). Meningkatkan kegiatan pemberian informasi kesehatan mengenai pentingnya terapi non farmakologi pada penderita hipertensi melalui penyuluhan atau media informasi seperti leaflet agar dapat memberikan informasi kepada penderita hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Bagus Tri Saputra, Pandit et al. 2023. "Diagnosis Dan Terapi Non-Farmakologis Pada Hipertensi." *Cermin Dunia Kedokteran* 50(6): 322–30.
- Donsu, J, D, T. (2017). *Psikologi Keperawatan*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press. Cetakan I
- itumorang, V. (2019). Gambaran Pengetahuan, sikap dan tindakan terhadap penyakit Hipertensi pada pasien Rawat Jalan di puskesmas Medan Area Selatan
- Lestari, Titik. 2015. *Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Purmafritiah, E. (2021). Preferensi Masyarakat Terhadap Obat Tradisional Dan Obat Sintetik Untuk Penyakit Hipertensi Literatur Review. *Pharmaceutical and Traditional Medicine*, 5(1), 24-30.
- Purwaningsih, Indriyati Eko, Ryan Sugiarto, and Sulistyو Budiarto. "Sikap masyarakat Gunungkidul terhadap perilaku bunuh diri ditinjau dari jenis kelamin dan tingkat pendidikan." *Sosiohumaniora: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial Dan Humaniora* 8.2 (2022): 173- 188
- Riskesdas, 2018*
- World Health Organization. 2022. "Hypertension."
- Yuzianti., Sawitri, H., Nadira, C. 2023. "Tingkat Pengetahuan Penderita Hipertensi Tentang Terapi Non Farmakologi." *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 18: 80–85.