

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG HIPERTENSI DENGAN UPAYA PENGENDALIAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS MANGKUBUMI

Widya Amelia Sari¹, Ida Rosidawati², Bayu Brahmantia³, Zainal Muttaqin⁴

¹ Mahasiswa Prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

^{2,3,4} Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Kata Kunci:

Hipertensi,
Pengendalian Tekanan
Darah, Pengetahuan

ABSTRAK

Latar Belakang Hipertensi adalah salah satu penyakit tidak menular yang banyak terjadi di seluruh dunia, termasuk di Indonesia, yang mempunyai angka kematian yang tinggi akibat kejadian hipertensi. Dengan ini untuk mencegah hipertensi diperlukan juga pengetahuan mengenai penyakit sehingga mampu mengendalikan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang hipertensi dengan upaya pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkubumi.

Metode penelitian menggunakan penelitian kuantitatif *correlational*. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkubumi sebanyak 1.804 orang. Sampel penelitian sebanyak 95 responden dengan teknik *simple random sampling*. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner dan analisa data menggunakan uji *chi-square* (χ^2).

Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkubumi memiliki tingkat pengetahuan cukup sebanyak 58 responden (61,1%) dan penderita hipertensi yang memiliki pengendalian kurang baik sebanyak 50 responden (52,6%). Hasil uji chi-square menunjukkan *p-value*: $0,000 < 0,05$.

Kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan tentang hipertensi dengan upaya pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkubumi. Di rekomendasikan untuk meningkatkan program edukasi pada masyarakat tentang hipertensi dan pengendaliannya.

Keywords:

Hypertension, Blood
Pressure Control,
Knowledge

ABSTRACT

Background Hypertension is one of the non-communicable diseases that occurs worldwide, including in Indonesia, and has a high mortality rate due to hypertension. Therefore, knowledge about the disease is necessary to control blood pressure in hypertensive patients.

The Purpose of this study was to determine the relationship between the level of knowledge about hypertension and efforts to control blood pressure in hypertensive patients in the Mangkubumi Health Center working area.

Method used was quantitative correlational research. The population of this study consisted of 1,804 hypertensive patients in the Mangkubumi Health Center working area. The research sample consisted of 95 respondents using a simple random sampling technique. The research instrument used a questionnaire, and data analysis was done using the chi-square test (χ^2).

Results of the study showed that the majority of hypertensive patients in the Mangkubumi Health Center working area had a sufficient level of knowledge, with 58 respondents (61.1%), and hypertensive patients with poor control were 50 respondents (52.6%). The chi-square test results showed a p -value of $0.000 < 0.05$.

Conclusion was that there was a relationship between the level of knowledge about hypertension and efforts to control blood pressure in hypertensive patients in the Mangkubumi Health Center working area. It was recommended to improve educational programs in the community regarding hypertension and its control.

Korespondensi:

Email penulis

widyaamelias15@gmail.com

PENDAHULUAN

Kasus hipertensi masih menjadi tantangan serius di Indonesia dan sering kali ditemukan dalam layanan kesehatan¹. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), diperkirakan sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, dengan sebagian besar dari mereka tinggal di daerah dengan tingkat pendapatan rendah dan menengah. Dari jumlah tersebut, sekitar 46% orang dewasa yang mengidap hipertensi tidak menyadari kondisi mereka, sementara kurang dari 42% orang dewasa yang terdiagnosis dengan hipertensi menerima pengobatan yang tepat². Namun selain itu sekitar 1 dari 5 orang dewasa sebanyak 21% dapat mengendalikan hipertensi yang dideritanya. Meskipun penyakit ini adalah salah satu penyakit yang tidak menular, namun hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia².

Prevalensi kasus hipertensi di Indonesia yaitu sebanyak 63.309.620 jiwa dengan mortalitas yang diakibatkan hipertensi berjumlah 427.218 kematian. Berdasarkan prevalensi hipertensi dengan persentase 34,1% didapat sebanyak 8,8% terdiagnosis hipertensi serta sebanyak 32% penderita hipertensi tidak rutin meminum obat dan sebanyak 13,3 % penderita hipertensi tidak minum obat nya³. Berdasarkan hasil survei Riskesdas tahun 2018, ditemukan bahwa prevalensi hipertensi pada populasi berusia di atas 18 tahun mencapai 39,6%, mengalami peningkatan dibandingkan dengan hasil survei Riskesdas tahun 2013 yang menunjukkan prevalensi sebesar 29,4%⁴.

Prevalensi penderita hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah di Jawa Barat tahun 2019 sebesar 41,6%⁵ dan pada tahun 2020 mengalami penurunan yang mencapai 34,7%⁶. Menurut data Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, kasus hipertensi mengalami peningkatan. Pada tahun 2021 sebesar 36.408 kasus dan tahun 2022 mengalami peningkatan menjadi 50.521 kasus (Dinkes, 2023). Berdasarkan data di UPTD Puskesmas Mangkubumi kejadian hipertensi semakin meningkat 3 tahun terakhir pada tahun 2020 kasus hipertensi sebanyak 982 kasus, tahun 2021 sebanyak 1.090 kasus dan tahun 2022 mengalami peningkatan menjadi 1.804 kasus.

Hipertensi merujuk pada kondisi dimana tekanan darah sistolik mencapai atau melebihi 140 mmHg dan tekanan diastolik mencapai atau melebihi 90 mmHg. Tekanan darah sistolik ini menjadi kriteria utama untuk diagnosis hipertensi⁷. Sebanyak 30-50% penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka menderita penyakit ini, sehingga penting untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara teratur dan memberikan informasi yang tepat agar penderita hipertensi dapat mematuhi pedoman pengobatan dan mencegah munculnya komplikasi yang dapat terjadi secara tiba-tiba⁸. Menurut Elhadi, pengetahuan mengenai hipertensi dapat membantu dalam mengendalikan kondisi ini karena dengan pengetahuan yang

memadai, seseorang akan lebih cenderung untuk secara teratur menjalani pemeriksaan kesehatan dan patuh terhadap pengobatan yang direkomendasikan⁹

METODE

Desain penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah *deskriptif correlation* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mangkubumi sebanyak 1.804. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 95 responden dengan mengeksklusikan subjek yang tidak dapat membaca. Alat penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner sebanyak 2 kuesioner, yaitu tentang pengetahuan hipertensi dan upaya pengendalian tekanan darah.

Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan data primer yang diperoleh langsung dari hasil kuesioner dengan penderita hipertensi sedangkan data sekunder didapatkan dari instansi terkait. Selanjutnya, data yang didapat dilakukan pengolahan data meliputi *editing, coding, entry data, cleaning, dan tabulating* yang kemudian diinterpretasikan dan diproses secara statistik dengan menggunakan rumus.

Analisa pada penelitian ini terdiri dari analisa univariate dan analisa bivariate. Analisa univariate dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi meliputi usia, jenis kelamin dan tingkat pendidikan pada responden. Analisa bivariate ini dilakukan dengan menggunakan uji *chi-square* untuk mengetahui hubungan kedua variabel yaitu variabel pengetahuan dengan pengendalian tekanan darah. Etika penelitian yang dilakukan pada penelitian ini meliputi *informed consent, Self Determination, privacy, anonim, dan Protect from discomfort and harm*.

HASIL

Analisis Univariate

a. Jenis Kelamin

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Penderita Hipertensi Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	16	16.8
Perempuan	79	83.2
Total	95	100.0

Sumber: Data Primer (2023)

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 79 responden (83,2%).

b. Usia

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Penderita Hipertensi Berdasarkan Usia

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Dewasa Awal	15	15,8
Dewasa Akhir	41	43,2
Usia Lanjut	39	41,1
Total	95	100.0

Sumber: Data Primer (2023)

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar yang mengalami hipertensi terjadi pada usia dewasa akhir sebanyak 41 responden (43,2%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Penderita Hipertensi Berdasarkan Usia

Variabel	N	Mean	SD	SE	Min-Max	95% CI
----------	---	------	----	----	---------	--------

Usia	95	54,63	13,267	1,361	23-84	51,93-57,33
-------------	----	-------	--------	-------	-------	-------------

Sumber: Data Primer (2023)

Tabel 3 menunjukkan bahwa rata-rata usia responden 54,63 tahun (55 tahun).

c. Pendidikan

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Penderita Hipertensi Berdasarkan Pendidikan

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
SD	70	73.7
SMP	12	12.6
SMA	10	10.5
Perguruan Tinggi	3	3.2
Total	95	100.0

Sumber: Data Primer (2023)

Tabel 4 menunjukkan bahwa penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Mangkubumi sebagian besar berpendidikan SD yaitu sebanyak 70 responden (73,3%).

1. Tingkat Pengetahuan

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Penderita Hipertensi

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	15	15.8
Cukup	58	61.1
Kurang	22	23.2
Total	95	100.0

Sumber: Data Primer (2023)

Tabel 5 menunjukkan bahwa penderita hipertensi dengan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 58 responden (61,1%).

Tabel 6 Gambaran Tingkat Pengetahuan

Variabel	N	Mean	SD	SE	Min-Max	95% CI
Usia	95	61,67	12,908	1,324	38-94	59,04-64,30

Sumber: Data Primer (2023)

Tabel 6 menunjukkan bahwa rata-rata skor tingkat pengetahuan responden 61,67 (95% CI; 59,04-64,30).

2. Upaya Pengendalian Tekanan Darah

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Pengendalian Tekanan Darah

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	45	47.4
Kurang baik	50	52.6
Total	95	100.0

Sumber: Data Primer (2023)

Tabel 7 bahwa pengendalian tekanan darah sebagian besar kategori kurang baik sebanyak 50 responden (52.6%).

Analisis Bivariate

Tabel 8 Analisis Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Upaya Pengendalian Tekanan Darah

No	Tingkat pengetahuan	Pengendalian				Total		p value
		Baik		Kurang baik				
		F	%	f	%	f	%	
1.	Baik	14	93,3	1	6,7	15	100	0,000
2.	Cukup	31	53,4	27	46,6	58	100	
3.	Kurang	0	0	22	100	22	100	
Total		45	47,4	50	52,6	95	100	

Sumber: Data Primer (2023)

Tabel 8 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan yang baik memiliki pengendalian tekanan darah baik sebanyak 14 responden (93,3%), dan pengendalian tekanan darah kurang baik 1 responden (6,7%). penderita hipertensi dengan tingkat pengetahuan cukup dengan pengendalian baik sebanyak 31 responden (53,4%), dan pengendalian kurang baik sebanyak 27 responden (46,6%). Sedangkan tingkat pengetahuan kurang semuanya memiliki pengendalian kurang baik sebanyak 22 responden (100%). Berdasarkan tabel tersebut $p\text{-value } 0,000 < 0,05$. Dengan demikian terdapat hubungan antara pengetahuan dengan upaya pengendalian tekanan darah penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Mangkubumi

PEMBAHASAN

1. Jenis Kelamin

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi adalah responden dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 79 responden (83,2%) dan responden laki-laki sebanyak 16 responden (16,8%). Peneliti menganalisis bahwa perempuan berisiko terkena hipertensi dari waktu ke waktu karena kadar hormon estrogen dan progesterone yang tersedia. Hormon estrogen dan progesterone dapat melindungi pembuluh darah dari reaksi oksidatif serta mencegah pembuluh dari peradangan. Selain itu perempuan juga terdapat keadaan dimana menyebabkan kedua hormon yang berperan sebagai pelindung mengalami penurunan, salah satunya yaitu menopause.

Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa laki-laki cenderung menderita hipertensi daripada perempuan karena laki-laki memiliki tingkat kewaspadaan yang lebih rendah daripada perempuan terhadap penyakit hipertensi. Namun hal ini juga perempuan cenderung terkena hipertensi karena perempuan mengalami perubahan hormonal dalam menopause sehingga memiliki kecenderungan yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki¹⁰. Sebanyak 27,5% perempuan mengalami hipertensi, sedangkan laki-laki hanya sebesar 5,8%, Perempuan akan berisiko mengalami peningkatan hipertensi diatas usia 45 tahun setelah menopause. Hal tersebut karena hormon estrogen yang berperan dalam peningkatan kadar HDL (*High Density Lipoprotein*) melindungi perempuan sebelum menopause¹¹. Jenis kelamin perempuan pada penelitian ini lebih banyak mengalami hipertensi dibandingkan laki-laki, dikarenakan mereka masih sulit dalam mengontrol kesehatan. Apalagi banyak didapatkan yang sudah mengalami menopause. Selain sistem tubuh dan hormon yang menurun, stress karena keadaan dan lingkungan juga sangat mempengaruhi kemampuan adaptasi fisiologis eorang wanita dalam mengelola stress¹². Namun berdasarkan penelitian sebelumnya bahwa jenis kelamin laki-laki memiliki gaya hidup yang cenderung dapat menaikkan tekanan darah dibandingkan dengan perempuan¹³

2. Usia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penderita hipertensi yang terjadi di wilayah puskesmas

Mangkubumi terjadi pada usia 40-59 tahun sebanyak 41 responden (43,2%), sedangkan untuk usia 20-39 tahun berjumlah 15 responden (15,8%) dan lanjut usia > 60 tahun sebanyak 39 responden (41,1%).

Peneliti menganalisis bahwa semakin bertambahnya usia seseorang, maka tekanan darah semakin meningkat. Hal tersebut karena semakin bertambahnya usia maka fungsi tubuh manusia semakin berkurang. Pembuluh darah menjadi lebih tebal dan kaku, hal tersebut membuat pembuluh darah dipaksa untuk melalui pembuluh darah yang sempit dan menyebabkan naiknya tekanan darah.

Faktor usia berhubungan dengan tekanan darah, dan risiko terkena hipertensi meningkat seiring dengan bertambahnya usia¹⁴. Hal ini disebabkan oleh perubahan struktur pembuluh darah yang mengakibatkan penurunan elastisitas, sehingga tekanan darah meningkat. Secara umum, hipertensi pada pria umumnya terjadi setelah usia 31 tahun, sedangkan pada wanita terjadi setelah usia 45 tahun.

Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa responden yang berusia di atas 45 tahun memiliki kemungkinan 5,5 kali lebih besar untuk mengalami hipertensi dibandingkan dengan responden yang berusia di bawah 45 tahun¹⁵. Hipertensi adalah penyakit multi faktor yang disebabkan oleh interaksi berbagai faktor risiko. Pertambahan usia menyebabkan perubahan fisiologis dalam tubuh, seperti penebalan dinding pembuluh darah akibat penumpukan kolagen pada otot, yang mengakibatkan penyempitan dan kekakuan pembuluh darah mulai dari usia 45 tahun. Selain itu, terjadi peningkatan resistensi perifer, aktivitas simpatik yang tinggi, dan penurunan sensitivitas terhadap baroreseptor¹⁶.

Hipertensi tidak hanya terjadi pada usia lanjut, tapi juga dapat terjadi pada usia muda. Meskipun hanya sedikit, namun orang yang masih muda juga dapat menderita hipertensi akibat pola makan yang buruk, seperti konsumsi makanan tinggi lemak, faktor genetik, kegemukan, stres, dan gaya hidup yang tidak sehat, seperti kurang berolahraga¹⁷.

3. Pendidikan

Hasil penelitian yang didapatkan penderita hipertensi banyak terjadi pada responden dengan pendidikan SD yaitu sebanyak 70 responden (73,3%), pendidikan SMP sebanyak 12 responden (12,6%), pendidikan SMA sebanyak 10 responden (10,5%), dan penderita hipertensi berpendidikan perguruan tinggi sebanyak 3 responden (3,2%).

Peneliti menganalisis bahwa pendidikan adalah salah satu faktor yang berpengaruh terhadap pengetahuan seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah dapat menjadi faktor lain selain gaya hidup dari risiko terjadinya peningkatan tekanan darah. Akses untuk sekolah sangat terbatas pada masa lalu dan memilih untuk putus sekolah dan melanjutkan untuk bekerja karena faktor keadaan, daripada melanjutkan pendidikan. Pada penelitian ini hipertensi banyak terjadi dengan tingkat pendidikan yang rendah, sehingga lebih rentan terkena hipertensi. Hipertensi dengan pendidikan rendah diakibatkan karena kurangnya pengetahuan tentang pentingnya kesehatan dan kurang cepatnya menerima informasi yang didapatkan sehingga berpengaruh terhadap gaya hidupnya sehari-hari.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa tingkat pendidikan memiliki pengaruh terhadap kejadian hipertensi. Kurangnya pendidikan membuat seseorang lebih rentan terhadap kondisi ini, karena mereka mungkin memiliki pengetahuan yang terbatas tentang penyakit tersebut. Sebaliknya, individu dengan pendidikan yang lebih baik cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya menjaga kesehatan dan mengadopsi perilaku yang sehat¹⁸. Pendidikan dapat mempengaruhi perilaku individu, termasuk dalam gaya hidup mereka. Secara umum, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah bagi mereka untuk mendapatkan informasi yang benar¹⁹. Tingkat pendidikan dapat mempengaruhi kemampuan dan pengetahuan seseorang dalam menerapkan perilaku

hidup sehat. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin tinggi pula pengetahuannya dalam menjaga pola hidup agar tetap sehat²⁰. Hipertensi pada pendidikan rendah diakibatkan kurangnya pengetahuan seseorang yang pendidikannya rendah tentang pentingnya kesehatan dan susah/kurang cepat menerima informasi (penyuluhan) yang disampaikan petugas kesehatan sehingga berdampak pada perilaku hidup yang sehat²¹.

4. Tingkat Pengetahuan

Hasil penelitian bahwa tingkat pengetahuan pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas mangkubumi sebagian besar tingkat pengetahuan cukup yaitu sebanyak 58 responden (61,1%), sedangkan penderita hipertensi dengan kategori kurang sebanyak 22 responden (23,2%) dan pengetahuan pada penderita hipertensi dengan kategori baik sebanyak 15 responden (15,8%).

Peneliti menganalisis bahwa semakin tinggi pengetahuan seseorang tentang hipertensi, maka akan mendorong mereka untuk mengadopsi perilaku yang lebih baik dalam mengendalikan tekanan darah. Perilaku ini melibatkan perubahan gaya hidup, seperti mengurangi konsumsi makanan berlemak, menurunkan konsumsi garam, melakukan olahraga secara teratur, tidak merokok, dan menghindari stres. Semakin banyak pengetahuan yang dimiliki seseorang tentang hipertensi, maka mereka dapat mengelola kondisi penyakit mereka dengan lebih baik.

Seiring bertambahnya usia, pengetahuan seseorang cenderung meningkat. Ini disebabkan oleh kematangan pikiran, pengalaman, dan pengetahuan yang lebih banyak. Usia juga berpengaruh terhadap kemampuan seseorang dalam menangkap informasi dan cara berpikir. Semakin tua seseorang, maka kemampuan penangkapan informasinya juga berkembang, sehingga pengetahuannya menjadi lebih baik.

Hasil penelitian sebelumnya juga sejalan dengan hal ini, di mana pengetahuan yang baik dapat mempengaruhi kesadaran seseorang untuk mengambil tindakan yang lebih baik dalam menjaga kesehatan. Dalam hal ini, seseorang akan berupaya menjaga kesehatannya dengan memodifikasi gaya hidup, rutin mengunjungi fasilitas kesehatan, dan patuh pada pengobatan. Pengetahuan yang tinggi akan memotivasi penderita hipertensi untuk mengendalikan tekanan darahnya²³.

Analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dan kejadian hipertensi, dengan nilai *p-value* 0,000 dan OR sebesar 0,037. Pengetahuan responden dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, di mana semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah mereka mendapatkan informasi, baik melalui orang lain maupun media lainnya. Semakin banyak informasi yang diperoleh, maka pengetahuan tentang hipertensi juga akan bertambah.

5. Pengendalian Tekanan Darah

Hasil penelitian yang didapatkan bahwa pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas mangkubumi dengan kategori baik sebanyak 47,4%, namun dibandingkan hal tersebut upaya pengendalian tekanan darah kurang baik sebanyak 52,6% dari 100%.

Terdapat beberapa indikator dalam pelaksanaan upaya pengendalian tekanan darah yaitu pengukuran tekanan darah, menjaga berat badan, modifikasi diet, mengurangi asupan garam, olahraga, mengurangi konsumsi kafein dan alkohol, manajemen stress, berhenti merokok dan konsumsi obat sesuai aturan. Responden yang memiliki upaya pengendalian yang baik pada pelaksanaan indikator modifikasi diet. Namun beberapa responden lain memiliki upaya pengendalian tekanan darah yang kurang baik pada pelaksanaan pemeriksaan tekanan darah, modifikasi diet, mengurangi asupan garam, olahraga. Maka perlu ditingkatkan kembali supaya tekanan darah dapat terkontrol dan meminimalisir faktor risiko komplikasi dan mencegah

komplikasi yang telah terjadi sehingga tidak semakin parah²⁴.

Peneliti menganalisis bahwa pengendalian terjadi karena faktor usia dan pendidikan. Semakin bertambahnya usia, maka semakin sukar untuk belajar karena aspek fisiknya semakin menurun. Sehingga responden akan sulit untuk menangkap informasi yang di dapat karena menurunnya kemampuan secara intelektual. Dan kejadian hipertensi cenderung lebih tinggi terjadi kepada individu dengan pendidikannya rendah. Hal ini akan mempengaruhi kesadaran individu dalam menjaga dan mengendalikan kesehatannya khususnya tekanan darah¹⁵.

Pasien yang kurang sadar akan pengendalian hipertensi dapat menyebabkan kekambuhan penyakit hipertensi berulang yang sehingga menyebabkan terjadinya komplikasi dan kematian²⁵. Penderita hipertensi yang berpendidikan tinggi memiliki peluang 7,670 kali lebih besar memiliki tekanan darah yang terkendali dibandingkan dengan penderita hipertensi yang berpendidikan rendah²⁶.

6. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Upaya Pengendalian Tekanan Darah

Hasil menunjukkan bahwa responden dengan tingkat pengetahuan yang baik memiliki pengendalian tekanan darah sebanyak 14 responden (93,3%), penderita hipertensi dengan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 31 responden (53,4%). Penelitian yang telah dilakukan memiliki hubungan antara pengetahuan dengan upaya pengendalian tekanan darah di wilayah kerja puskesmas Mangkubumi dengan p value 0, 000 yang berarti H_0 di tolak sehingga terdapat hubungan yang bermakna.

Penderita hipertensi yang memiliki tingkat pengetahuan yang rendah cenderung memiliki tingkat kepatuhan yang rendah dalam mengendalikan tekanan darah, dibandingkan dengan penderita hipertensi yang memiliki pengetahuan yang baik. Penderita dengan pengetahuan yang baik cenderung melakukan lebih banyak upaya dalam mengendalikan tekanan darah. Pengetahuan adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kepatuhan seseorang terhadap pengendalian tekanan darah. Pengetahuan tentang hipertensi meliputi pemahaman tentang kondisi hipertensi itu sendiri dan cara-cara untuk mengatasinya. Beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu tingkat pendidikan, pekerjaan, usia, minat, pengalaman, budaya, dan informasi yang diperoleh⁸. Jika pengetahuan mengenai pengendalian tekanan darah rendah, maka menghadapi penyakit hipertensi akan menjadi lebih sulit. Perilaku pengendalian tekanan darah sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh penderita hipertensi²⁷.

Pengetahuan yang baik akan membantu dalam mengubah gaya hidup dengan berhenti merokok, menjalani pola olahraga yang teratur, meningkatkan pola makan yang sehat, menghindari stres, dan mengadopsi gaya hidup sehat¹. Semakin baik pengetahuan seseorang tentang hipertensi, semakin baik pula upaya yang dilakukan dalam mengendalikan penyakit ini dan sebaliknya.

Penelitian juga mengungkapkan bahwa masih ada perilaku yang buruk terkait hipertensi, seperti kesulitan dalam mengurangi konsumsi rokok, mengurangi asupan garam, dan keterbatasan dalam menjalankan rutinitas olahraga. Pengetahuan dan sikap penderita hipertensi sangat berpengaruh terhadap tingkat kepatuhan, pengendalian tekanan darah, serta tingkat morbiditas dan mortalitas pada penderita hipertensi²⁸.

Tingkat pengetahuan dan pengendalian penyakit pada penderita hipertensi di dukung dengan adanya ayat Q.S Ar-Rad ayat 11:

إِنَّ اللَّهَ لَا يَغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ ۚ

"...Sesungguhnya Allah tidak akan merubah suatu kaum sampai mereka merubah diri mereka sendiri" (Q.S Ar-Rad ayat 11).

Menurut pemahaman ayat di atas, bahwa barang siapa yang berubah karena Allah, maka Allah akan membantu merubah dirinya. Dalam proses ini upaya mengendalikan suatu penyakit diperlukan usaha dengan berbagai cara salah satunya pengetahuan mengenai suatu penyakit supaya dapat menjaga dan memelihara kesehatan mengenai penyakit yang di deritanya. Usaha preventif perlu dilakukan, hal ini jauh lebih baik dari pada mencari dan mengobati setelah sakit, sebab kadangkala manusia belum tahu karena keterbatasan pengetahuan mengenai penyakit yang dialaminya. Dengan demikian apabila penderita sudah tahu akan ilmunya, maka dapat mengendalikan tekanan darahnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian tersebut diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hubungan tingkat pengetahuan tentang hipertensi dengan upaya pengendalian tekanan darah di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mangkubumi dengan nilai *p-value* 0,000. Dari penelitian tersebut di rekomendasikan kepada tenaga keperawatan untuk meningkatkan program edukasi pada masyarakat tentang hipertensi dan pengendaliannya.

REFERENCES

1. PERKI. *Pedoman Tatalaksana Hipertensi Pada Penyakit Kardiovaskular*. I.; 2015. http://kardiologi.fk.unand.ac.id/attachments/article/166/Pedoman_TataLaksana_hipertensi_pada_penyakit_Kardiovaskular_2015.pdf
2. WHO. Hypertension. Published 2023. Accessed March 16, 2023. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension#>
3. Kemenkes RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehat RI*. 2018;53(9):1689-1699.
4. Riskesdas JB. *Laporan Provinsi Jawa Barat, Riskesdas 2018*; 2019.
5. Dinkes Jawa Barat. *Profil Kesehatan Jawa Barat Tahun 2019*; 2019.
6. Dinkes Jawa Barat. *Profil Kesehatan Jawa Barat Tahun 2020*; 2020.
7. Hastuti AP. *Hipertensi*. I. (Made RRI, ed.). Klaten: Penerbit Lakeisha; 2019. <https://www.google.co.id/books/edition/HIPERTENSI/TbYgEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1>
8. Sunarti N, Patimah I. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Upaya Pengendalian Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Karangmulya Kecamatan Karangpawitan Kabupaten Garut. *J Midwifery Nurs*. 2019;1(3):7-11.
9. Wulansari J, Ichsan B, Usdiana D. Hubungan Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Poliklinik Penyakit Dalam Rsud Dr.Moewardi Surakarta. *Biomedika*. 2013;5(1). doi:10.23917/biomedika.v5i1.271
10. Falah M. Hubungan Jenis Kelamin Dengan Angka Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Di Kelurahan Tamansari Kota Tasikmalaya. *J Keperawatan Kebidanan STIKes Mitra Kencana Tasikmalaya*. 2019;3(1):85-94. http://www.jurnal.ubktasikmalaya.ac.id/index.php/jmk_kb/article/view/67.
11. Wahyuni, Eksanoto D. Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Jenis Kelamin Dengan Kejadian Hipertensi Di Kelurahan Jagalan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pucangsawit Surakarta. *J Ilmu Keperawatan Indones*. 2013;1(1):112-121.
12. Yuwono GA, Ridwan M, Hanafi M. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Penderita Hipertensi Di Kabupaten Magelang. *Keperawatan Soedirman*. 2017;12(1):55-66.
13. Wahyuni, Susilowati T. Pola makan dan jenis kelamin dan hubungan pengetahuan terhadap kejadian hipertensi di kalurahan sambung macan sragen. *GASTER*. 2018;XVI(1):73-82.
14. Triyanto E. *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Graha Ilmu; 2014.
15. Khasanah NAH. Hubungan Usia, Jenis KElamin dan Status Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi di

- Wilayah Puskesmas Sumbang II Kabupaten Banyumas. *J Bina Cipta Husada*. 2022;XVIII(1):43-55.
16. Widjaya N, Anwar F, Laura Sabrina R, Rizki Puspawati R, Wijayanti E. The Association Between Age and Incidences of Hypertension in Kresek District And Tegal Angus District, Tangerang Regency. *J Kedokt Yars*. 2018;26(3):131-138. <https://academicjournal.yarsi.ac.id/index.php/jky/article/view/756>
 17. Aristoteles. Korelasi Umur dan Jenis Kelamin Dengan Penyakit Hipertensi di Emergency Center Unit Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang 2017. *Indones J Perawat*. 2018;3(1):9-16.
 18. Fithria & Mara I. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Berobat Pada Penderita Hipertensi Di Klinik Sumber Sehat Indrapuri Aceh Besar. *Idea Nurs J*. 2014;5(2):56-66.
 19. Rinawati S, Widowati NN, Rosanti E. Pengaruh Tingkat Pengetahuan Terhadap Pelaksanaan Pemakaian Alat Pelindung Diri Sebagai Upaya Pencapaian Zero Accident di PT. X. *J Ind Hyg Occup Heal*. 2016;1(1):53-67. doi:<http://dx.doi.org/10.21111/jihoh.v1i1.606>
 20. Chasanah SU, Syarifah N. Hubungan Karakteristik Individu Penderita Hipertensi Dengan Derajat Hipertensi di Puskesmas Depok II Sleman Yogyakarta. *J Formil (Forum Ilmiah) KesMas Respati*. 2017;2(1):1-9.
 21. Nugroho PS, Sari Y. Hubungan Tingkat Pendidikan dan Usia Dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran. *Dunia Kesmas*. 2019;8:233-238.
 22. Triandini R. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Dua Puluh Tiga Ilir Kota Palembang Tahun 2021. *Ilm Univ Batanghari Jambi*. 2022;22(1):308-313. doi:10.33087/jiubj.v22i1.1805
 23. Rodiyah, Tohri, Ramadhan. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Pengendalian Tekanan Darah pada Hipertensi di Puskesmas Garuda Bandung Tahun 2020. *J Kesehatan Rajawali*. 2020;10(2):79. <http://ojs.rajawali.ac.id/index.php/JKR/article/view/72>
 24. Sari PN. Hubungan Efikasi Diri dengan Upaya Pengendalian Hipertensi pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jenggawah Kabupaten Jember. *Repos Univ Jember*. Published online 2019.
 25. Amila, Sinaga J, Sembiring E. Self Efficacy dan Gaya Hidup Pasien Hipertensi. *J Kesehatan*. 2018;9(3):360-365. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>
 26. Naryati, Sartika J. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengendalian Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Rw 01 Kelurahan Pulau Panggang Kecamatan Kepulauan Seribu Utara. *Malahayati Nurs J*. 2021;3(3):466-475.
 27. Maharani R, Syafrandi DP. Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pengendalian Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Harapan Raya Kota Pekanbaru Tahun 2016. *J Kesehatan Komunitas*. 2018;3(5):165-171. doi:10.25311/keskom.vol3.iss5.122
 28. Subhan A. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Hipertensi Dengan Tekanan Darah Rata-Rata Pasien Di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. *Univ Muhammadiyah Palembang*. Published online 2013. <http://repository.um-palembang.ac.id/id/eprint/540/1/SKRIPSI378-1704277490.pdf>