

Pengetahuan dan Sikap Remaja tentang Pencegahan Hipertensi Melalui Pendekatan Cerdik

Mujito

Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Malang; mujto0707@gmail.com

Andi Hayyun Abiddin

Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Malang; andi_hayyun@poltekkes-malang.ac.id (koresponden)

Imam Sunarno

Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Malang; imam_sunarno@poltekkes-malang.ac.id

ABSTRACT

Prevention of hypertension from an early age in adolescents through the "Cerdik" approach is a strategic effort in improving public health. For this reason, it is necessary to assess the ability of knowledge and attitudes of adolescents towards preventing hypertension, bearing in mind that in the last ten years, the incidence of hypertension has begun to be experienced by many adolescents. This study aimed to identify the relationship between knowledge and attitudes of adolescents about hypertension prevention through the "Cerdik" approach. This study used a correlative descriptive method, involving 79 adolescent students aged 17-19 years who were selected by purposive sampling technique. Data was collected by filling out a questionnaire. The results of data analysis showed that the highest level of knowledge was in the sufficient category (64.6%) and the most attitudes were in the negative category (59.5%). The p-value of the Spearman's Rho test was 0.031. It was concluded that there is a significant relationship between knowledge and attitudes of adolescents about preventing hypertension through the "Cerdik" approach.

Keywords: hypertension; teenager; knowledge; attitude

ABSTRAK

Pencegahan hipertensi sejak dini pada remaja melalui pendekatan "Cerdik" merupakan upaya strategis dalam peningkatan kesehatan masyarakat. Untuk itu perlu dilakukan pengkajian kemampuan pengetahuan dan sikap remaja terhadap pencegahan hipertensi, mengingat bahwa dalam sepuluh tahun terakhir ini kejadian hipertensi mulai banyak dialami oleh remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara pengetahuan dengan sikap remaja tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan "Cerdik". Penelitian ini menggunakan metode deskriptif korelatif, yang melibatkan 79 siswa remaja berusia 17-19 tahun yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui pengisian kuesioner. Hasil analisis data menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan terbanyak adalah dalam kategori cukup (64,6%) dan sikap terbanyak adalah dalam kategori negatif (59,5%). Nilai p dari uji *Spearman's Rho* adalah 0,031. Disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap remaja tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan "Cerdik".
Kata kunci: hipertensi; remaja; pengetahuan; sikap

PENDAHULUAN

Hipertensi didiagnosis ketika seseorang mengalami tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg atau diastolik ≥ 90 mmHg⁽¹⁾. Banyak yang tidak menyadari bahwa seseorang mengalami hipertensi dan baru diketahui saat memeriksakan diri ke tempat pelayanan kesehatan, hal ini yang membuat hipertensi sering dikatakan sebagai *silent killer*.

Berdasarkan data WHO, kasus hipertensi sampai sekarang masih menjadi masalah kesehatan yang cukup besar yaitu 22% dari penduduk dunia mengalami hipertensi⁽²⁾. Prevalensi di Indonesia untuk jenis kelamin laki-laki mencapai 31,3% dan jenis kelamin perempuan mencapai 36,9%. Daerah perkotaan 34,4% dan pedesaan 33,7⁽³⁾. Prevalensi hipertensi di Jawa Timur kurang lebih sebesar 36,32%⁽⁴⁾. Sebagian penelitian menyatakan bahwa hipertensi sejak remaja dapat muncul dan peningkatan prevalensi dialami dalam sepuluh tahun terakhir⁽⁵⁾. Remaja merupakan penduduk dengan rentang usia 10-18 tahun yang mengalami periode perkembangan dan pertumbuhan yang cepat baik secara fisik, psikologis dan intelektual⁽⁶⁾. Berdasarkan data Riskesdas 2018 menunjukkan angka prevalensi hipertensi mencapai 34,11% yang didapat melalui pengukuran pada umur ≥ 18 tahun⁽⁷⁾.

Secara umum hipertensi tidak mempunyai pemicu yang spesifik, meningkatnya *cardiac output* atau tekanan perifer sebagai respon terjadinya hipertensi⁽⁸⁾. Namun terdapat aspek penyebab timbulnya hipertensi antara lain oleh perilaku atau gaya hidup tidak sehat seperti perilaku merokok, tidak mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang, rendahnya asupan buah dan sayur, kebiasaan meminum alkohol dan rendahnya aktivitas fisik⁽⁹⁾. Sebesar 85-90% hipertensi primer lebih sering ditemukan pada remaja dengan usia >10 tahun dengan riwayat hipertensi pada keluarga dan indeks masa tubuh yang meningkat atau obesitas yang telah ditemukan hampir 50% kasus⁽¹⁰⁾.

Berdasarkan Inpres No.1 Tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) telah dilakukan kampanye secara nasional yang berfokus pada 3 aspek perubahan perilaku yakni rutin melakukan aktivitas fisik, konsumsi buah dan sayur setiap hari, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala⁽⁶⁾. Selain itu remaja juga dapat melakukan pencegahan dengan penerapan perilaku Cerdik yaitu Cek kesehatan rutin, Enyahkan asap rokok, Rutin aktivitas fisik, Istirahat yang cukup, dan Kelola stress⁽¹¹⁾. Akan tetapi, pada faktanya upaya pencegahan dalam mengurangi terjadinya penyakit belum banyak dilakukan oleh remaja. Hasil penelitian⁽¹²⁾ bahwa masih sedikit remaja yang melakukan pemeriksaan kesehatan dan memperhatikan status kondisi kesehatannya. Penelitian⁽¹³⁾ menyatakan bahwa perilaku positif terhadap makanan sehat dan aktivitas fisik pada

remaja masih sedikit. Berdasarkan latar belakang tersebut, perlu dilakukan penelitian dengan judul hubungan pengetahuan dengan sikap remaja tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik.

METODE

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif korelasi, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan sikap remaja tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII SMA Negeri 1 Grogol tahun ajaran 2021/2022 yang berjumlah 386 siswa. Besar sampel yang diambil dapat dihitung menggunakan rumus slovin⁽¹⁴⁾. Sehingga diperoleh ukuran sampel sebanyak 79 siswa dengan kriteria berusia 17-19 tahun yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 17 Maret 2022 menggunakan kuesioner pilihan tunggal yang diadopsi dari instrument Cerdik yang sudah diuji validitas⁽¹¹⁾. Penelitian ini sudah mendapatkan persetujuan komite etik Poltekkes Kemenkes Malang dengan nomor 150/KEPK-POLKESMA/2021.

Variabel independen yaitu pengetahuan remaja tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik. Variabel dependen yaitu sikap remaja tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik. Analisis deskriptif digunakan untuk mengetahui distribusi pengetahuan dan sikap remaja tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik. Analisa bivariat untuk menguji hubungan antara variabel dependen dan independen menggunakan uji korelasi *Spearman's Rho*.

HASIL

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa umur rata-rata responden 18 tahun yaitu 60%. Jenis kelamin responden mayoritas perempuan yaitu 70%. Keterpaparan informasi tentang pencegahan hipertensi terbanyak pernah terpapar yaitu 89%. Sumber informasi terbanyak diperoleh dari media social sebanyak 63%.

Tabel 1. Data karakteristik remaja

| Karakteristik | Frekuensi | Persentase |
|------------------------|-----------|------------|
| Usia (tahun) | | |
| 17 | 22 | 30 |
| 18 | 49 | 60 |
| 19 | 8 | 10 |
| Jenis kelamin | | |
| Laki-laki | 25 | 30 |
| Perempuan | 54 | 70 |
| Keterpaparan informasi | | |
| Pernah | 70 | 89 |
| Tidak | 9 | 11 |
| Sumber informasi | | |
| Guru | 4 | 5 |
| Petugas kesehatan | 16 | 20 |
| Media sosial | 49 | 63 |
| Media cetak | 1 | 1 |
| Tidak ada | 9 | 11 |

Tabel 2. Distribusi pengetahuan remaja tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik

| Kategori | Frekuensi | Persentase |
|----------|-----------|------------|
| Baik | 17 | 21,5 |
| Cukup | 51 | 64,6 |
| Kurang | 11 | 13,9 |

Tabel 3. Distribusi sikap remaja tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik

| Kategori | Frekuensi | Persentase |
|---------------|-----------|------------|
| Sikap positif | 32 | 40,5 |
| Sikap negatif | 47 | 59,5 |

Tabel 4. Hubungan antara pengetahuan dengan sikap remaja tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik

| Koefisien korelasi | Nilai p |
|--------------------|---------|
| 0,243 | 0,031 |

Berdasarkan tabel 2, diketahui pengetahuan remaja tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik mayoritas memiliki kategori cukup sebanyak 64,6%. Berdasarkan tabel 3, diketahui sikap remaja tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik sebanyak 59,5% negatif. Berdasarkan tabel 4, hasil analisis

statistik didapatkan koefisien korelasi = 0,243 dan nilai $p = 0,031$, artinya terdapat hubungan antara variabel pengetahuan dengan variabel sikap remaja tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik.

PEMBAHASAN

Pengetahuan tentang Pencegahan Hipertensi melalui Pendekatan Cerdik

Berdasarkan hasil penelitian pada 79 responden, diketahui pengetahuan responden tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik yang kategori baik hanya sebagian kecil. Beberapa pertanyaan yang kurang dipahami responden antara lain terkait; pengertian hipertensi, pengaruh natrium terhadap tekanan darah, kadar normal kolesterol darah dan jumlah asupan buah dan sayur untuk hidup sehat dalam sehari. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu seseorang setelah melakukan penginderaan terhadap suatu objek baik penginderaan melalui indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba⁽¹⁵⁾. Pengetahuan remaja kategori rendah tidak hanya dipengaruhi oleh faktor usia, jenis kelamin dan emosi individu, tetapi faktor keterpaparan informasi juga dapat mempengaruhi⁽¹⁶⁾. Hal tersebut didukung oleh penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa keterpaparan seseorang terhadap informasi kesehatan dapat mempengaruhi pengetahuannya⁽¹⁷⁾.

Pengetahuan remaja tentang pencegahan hipertensi yang kategori baik hanya sebagian kecil, hal ini terjadi karena responden tidak memahami secara menyeluruh tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik, serta terdapat beberapa pertanyaan yang tidak dipahami dengan baik oleh remaja. Walaupun remaja pernah mendapat informasi tentang hipertensi melalui pendekatan Cerdik, tetapi karena pengaruh berbagai faktor antara lain faktor sumber informasi mayoritas diperoleh dari media sosial, sehingga menimbulkan keraguan dalam menjawab karena tidak yakin sumbernya. Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pengetahuan tentang pencegahan hipertensi diperoleh responden dari media massa lainnya dapat mempengaruhi sikap dalam mencegah hipertensi⁽¹⁸⁾.

Sikap tentang Pencegahan Hipertensi melalui Pendekatan Cerdik

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh sikap responden tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik mayoritas bersikap negatif. Beberapa jenis pernyataan *unfavorable* yang mayoritas gagal dijawab responden yaitu; saya sangat menikmati makanan yang disajikan di rumah sehingga saya selalu nambah porsi nasi walaupun tanpa lauk dan sedikit sayur. saya menyukai minuman yang berasa sangat manis dan beraroma segar karena sangat lezat untuk dinikmati, setiap saya mengkonsumsi makanan jajanan yang dikemas saya mengabaikan keterangan pada label makanan tersebut karena biasanya juga aman.

Sikap merupakan suatu respon tertutup seseorang terhadap suatu stimulus atau obyek, yang telah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan⁽¹⁹⁾. Terdapat 3 komponen sikap yaitu kognitif yang menggambarkan pengetahuan dan persepsi terhadap suatu obyek sikap, afektif menggambarkan perasaan dan emosi seseorang terhadap suatu obyek sikap, konatif menggambarkan kecenderungan seseorang untuk melakukan tindakan tertentu terhadap obyek sikap⁽²⁰⁾. Sikap dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu jenis kelamin, pengalaman pribadi, kebudayaan, pola asuh keluarga, orang lain yang dianggap penting, media massa, institusi lembaga pendidikan dan lembaga agama, serta faktor emosi dalam diri individu⁽²¹⁾.

Menurut pendapat peneliti sikap responden sangat dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki. Hal ini didukung dengan pernyataan⁽¹⁵⁾ bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik akan meningkatkan peluang untuk memiliki sikap positif sebesar 10 kali dibandingkan dengan yang berpengetahuan kurang. Berdasarkan hasil penelitian ini hanya sebagian kecil kategori baik. Hal ini sangat mempengaruhi kemampuan evaluatif atau sikap responden. Beberapa jenis pernyataan *unfavorable* yang secara konten belum dipahami responden, maka sangat mempengaruhi keputusan responden dalam memilih jawaban yang tepat. Hal ini dibuktikan dari beberapa pernyataan *unfavorable* tentang diet seimbang, semua pilihan jawaban telah dipilih hampir secara merata oleh responden. Hal ini menunjukkan bahwa responden kurang memahami konten pernyataan tersebut sehingga pilihan jawaban tidak tepat.

Hubungan antara Pengetahuan dengan Sikap Remaja tentang Pencegahan Hipertensi melalui Pendekatan Cerdik

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap remaja tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik. Hasil penelitian tersebut selaras dengan hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa meningkatnya pengetahuan individu tentang definisi, tanda dan gejala, penyebab terjadinya hipertensi akan membentuk sikap individu tersebut dalam melakukan pencegahan hipertensi⁽¹⁸⁾. Pengetahuan memiliki peranan penting pada penentuan perilaku atau sikap positif dan membuat sikap tersebut bersifat konsisten⁽²²⁾. Pengetahuan akan membentuk kepercayaan yang merupakan dasar terbentuknya suatu ide mengenai sifat atau karakteristik umum dari suatu objek sikap⁽¹³⁾. Sekali kepercayaan terbentuk maka memberikan dasar dalam pengambilan keputusan dan menentukan perilaku terhadap suatu objek⁽¹⁸⁾. Sikap positif akan timbul bila mendapatkan suatu stimulus yaitu berupa pengetahuan.

Peneliti berpendapat bahwa remaja dengan pengetahuan baik tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik cenderung memiliki sikap positif, sedangkan remaja dengan pengetahuan cukup dan kurang maka cenderung bersikap negatif, karena kurang memiliki bekal dalam menilai sesuatu obyek termasuk pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh⁽¹⁰⁾ menyatakan bahwa pengetahuan adalah salah satu faktor yang mempengaruhi terbentuknya sikap seseorang, jika seseorang memiliki pengetahuan yang baik maka akan memiliki perilaku yang baik pula.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap remaja tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik. Sehingga, tenaga kesehatan atau tenaga pendidik diharuskan dapat merencanakan edukasi pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik pada remaja di insitusi pendidikan secara terprogram. Institusi pendidikan tinggi kesehatan dan layanan keehatan diharapkan mampu menjadi sumber rujukan dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan hipertensi melalui pendekatan Cerdik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Unger T, AES. International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*. 2020;75(6).
2. Kemenkes RI. *Hipertensi Si Pembunuh Senyap*. Jakarta: Kemenkes RI; 2019.
3. Kemenkes RI. *Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta: Kemenkes RI; 2018.
4. Kemenkes RI. *Hasil Utama Risesdas 2018 Provinsi Jawa Timur*. Jakarta: Kemenkes RI; 2018.
5. Kurnianingtyas B, Suyatno S, MK. Faktor Risiko Kejadian Hipertensi pada Siswa SMA di Kota Semarang Tahun 2016. *J Kesehat Masy Univ Diponegoro*. 2017;5(2).
6. Kemenkes RI. *Warta Kesmas: GERMAS*. Jakarta: Kemenkes RI; 2017.
7. Felix J, SH. Kajian Literatur: Kejadian Hipertensi pada Remaja di Masa Pandemi COVID-19. 2021;1–12.
8. Nuraini B. Risk Factors of Hypertension. *J Major*. 4(5).
9. H ZH. Gaya Hidup Penderita Hipertensi. *J Ilm PANNMED (Pharmacist, Anal Nurse, Nutr Midwivery, Environ Dent*. 2021;16(2).
10. AN S. Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Mengenai Perilaku Seksual Remaja di SMK Kesehatan Donohudan Boyolali Tahun 2016. *Jurnal Kebidanan Indones*. 2016;7(2).
11. Mujito TCS. *Cekal Hipertensi pada Keluarga dengan Terapi Non Farmakologis dan Perilaku Cerdik (Panduan Kader Kelompok Keluarga Peduli Hipertensi)*. Eureka Media Aksara; 2021.
12. J C, Xiang H, Jiang P, Yu L, Jing Y, Li F, Wu S, Fu X, Liu Y, Kwan H, Luo R, Zhao X and SX. The Role of Healthy Lifestyle in the Implementation of Regressing Suboptimal Health Status among College Students in China: A Nested Case-Control Study. *Int J Environ Res Public Heal*. 2017;14(3).
13. Al-sheyab NA, Mahmoud A, Alomari, Audai A, Hayajneh and SS. Attitudes and Perceived Barriers toward Healthy Lifestyle Behaviors in Jordanian Adolescents: A Developing Country Perspective. *Adolesc Heal Med Ther*. 2019;10(1):39–47.
14. C Y, Korompis R, Victor P, Lengkong K, MDW. Pengaruh Sikap Kerja Dan Kompetensi Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Bank Negara Indonesia (Persero) Cabang Manado. *J EMBA J Ris Ekon Manajemen, Bisnis Dan Akuntansi*. 2017;5(2):1241.
15. Dethan CM, Ni Luh and PS. Pengetahuan Dan Sikap Tentang Perilaku Vaksinasi HPV Pada Siswi SMA Swasta. *J Mkmi*. 2017;13(2):167–75.
16. Notoatmodjo. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta; 2021.
17. Eibich P and LG. Health Information Provision, Health Knowledge and Health Behaviours: Evidence from Breast Cancer Screening. *Soc Sci Med*. 2020;26(5).
18. Limbong VA, Adisti Rumayar and GDK. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tateli Kabupaten Minahasa. *J Kesmas*. 2018;7(4).
19. D M. *Buku Ajar Promosi Kesehatan: Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Vokasi UKI*. 2019.
20. Maranatha NJ and ALA. Pengaruh Iklan, Kepercayaan Merek Terhadap Niat Beli Melalui Sikap Sebagai Variabel Intervening. *J Ilmu Manaj (JIM)*. 2016;4(2):55–62.
21. BK R. Sikap Remaja Putri dalam Menghadapi Perubahan Fisik Masa Pubertas. *J Promkes* 3. 2015;
22. Octa A. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku Cuci Tangan pada Masyarakat Kelurahan Pegirian. *J PROMKES*. 2019;7(1).