



Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Terhadap Perilaku Pencegahan Hipertensi Pada Masyarakat Usia 13-25 Tahun Di Posyandu Remaja Metes

Siti Nuruljanah ¹, Moch. Septian Resi Wibowo¹

¹Fakultas Vokasi, Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

INFORMASI ARTIKEL

Diterima
Diterima dalam bentuk revisi
Diterima
Tersedia Online

ABSTRAK

Penyakit degeneratif semakin banyak ditemui pada masyarakat, tidak hanya pada usia dewasa tetapi juga pada kelompok usia muda. Hipertensi menjadi salah satu penyakit degeneratif yang mengancam sebagian besar penduduk dunia termasuk Indonesia. Hal ini karena secara statistik jumlah penderita hipertensi terus meningkat. Diperlukan upaya pencegahan guna mengurangi kemungkinan terjadinya kondisi tersebut. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan terhadap perilaku pencegahan hipertensi pada masyarakat usia 13-25 tahun di Posyandu Remaja Metes.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Populasi dan sampel dari penelitian ini mencakup masyarakat yang terdaftar sebagai anggota posyandu remaja di Dusun Metes, dengan jumlah 45 responden. Teknik sampling penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Analisa data pada penelitian ini menggunakan uji statistik *Spearman Rank Correlation*.

Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan terhadap perilaku pencegahan hipertensi ($p=0,041$) dengan nilai keeratan 0,306 (lemah). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan terhadap perilaku pencegahan hipertensi pada masyarakat usia 13-25 tahun di Posyandu Remaja Metes. Hasil penelitian ini diharapkan agar dukungan teman sebaya dimanfaatkan secara maksimal sebagai upaya pencegahan hipertensi pada masyarakat usia 13-25 tahun, serta lebih memperhatikan peran posyandu remaja dalam menyalurkan informasi dan program pencegahan hipertensi kepada kelompok usia tersebut.

ABSTRACT

Degenerative diseases are increasingly common in society, not only among adults but also among younger age groups. Hypertension is one of the degenerative diseases that threatens a large portion of the world's population, including Indonesia. This is because statistically, the number of people with hypertension continues to increase. Preventive measures are needed to reduce the likelihood of this condition occurring. The purpose of this study was to determine the relationship between the level of knowledge and preventive behavior against hypertension among 13-25 year olds at the Metes Youth Health Center.

This study is a quantitative study with a cross-sectional design. The population and sample of this study included people registered as members of the youth health center in Metes Hamlet, with a total of 45 respondents. The sampling technique used in this study was purposive sampling. The instrument used was a questionnaire. Data analysis in this study used the Spearman Rank Correlation statistical test.

The results of the study indicate that there is a relationship between the level of knowledge and hypertension prevention behavior ($p=0.041$) with a correlation coefficient of 0.306 (weak). Thus, it can be concluded that there is a relationship between the level of knowledge and hypertension prevention behavior among 13-25 year olds at the Metes Youth Health Center. The results of this study suggest that peer support should be maximized as a means of preventing hypertension among people aged 13-25 years, and

Kata Kunci:

Hipertensi, Tingkat Pengetahuan
Hipertensi, Perilaku Pencegahan
Hipertensi

1. Pendahuluan

Hipertensi atau tekanan darah tinggi, sering disebut sebagai “*silent killer*” karena seringkali muncul tanpa disertai tanda dan gejala. Penyakit ini ditandai dengan tekanan darah sistolik dan diastolik yang melebihi batas normal $\geq 140/90$ mmHg (Simanjuntak, et al., 2021:505). Hipertensi dapat meningkatkan risiko seseorang terkena penyakit degeneratif, bahkan berujung pada kematian. Jika tidak segera ditangani, hipertensi dapat menyebabkan komplikasi serius, seperti gagal jantung, penyakit ginjal, dan stroke. Penderita hipertensi memiliki risiko 12 kali lebih tinggi untuk mengalami stroke dan 6 kali lebih tinggi untuk terkena serangan jantung (Mulyasari, et al., 2023:639).

Menurut penelitian Wulandari (2021:1), WHO tahun 2020 menyatakan bahwa jumlah penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 terdapat 1.56 miliar orang yang mengalami hipertensi, dan setiap tahun sekitar 9,4 juta orang termasuk Indonesia, diperkirakan meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. Berdasarkan data WHO pada tahun 2021, sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30 hingga 79 tahun di seluruh dunia mengalami hipertensi. Penyakit hipertensi tidak hanya dialami oleh kelompok usia lanjut, tetapi juga dapat terjadi pada kelompok usia muda. Pada penelitian Simanjuntak, et al., (2021:505) menjelaskan dalam National Basic Health Survey (NBHS), prevalensi hipertensi pada kelompok usia muda (Umur 18-24 tahun) di Indonesia tahun 2013 sebesar 8,7% dan meningkat menjadi 13,2% pada tahun 2018. Wijayanti & Fauzia, (2023:76) menjelaskan di Daerah Istimewa Yogyakarta, pada tahun 2021 diperkirakan terdapat 251.100 kasus hipertensi pada individu berusia lebih dari 15 tahun. Selain itu, berdasarkan data sampel BPJS kesehatan, kasus hipertensi primer termasuk dalam sepuluh diagnosis utama yang paling banyak dilaporkan pada kunjungan ke fasilitas kesehatan tingkat pertama (FKTP) selama tahun 2019 – 2020. Pada tahun 2021, hipertensi primer menempati urutan kedua dengan persentase sebesar 6,05% berdasarkan data BPJS.

Di puskesmas sebagai fasilitas kesehatan tingkat pertama, masalah hipertensi seringkali menjadi perhatian utama. Data rekapitulasi penyakit di wilayah kerja puskesmas sedayu II dari Januari hingga September 2024 menunjukkan bahwa hipertensi menduduki posisi teratas dengan total 4.864 kasus. Berdasarkan rekapitulasi kunjungan harian, jumlah kasus hipertensi pada anak muda di bawah 25 tahun meningkat dari 9 kasus di tahun 2023 menjadi 20 kasus di tahun 2024 hingga bulan September. Hal ini menunjukkan kemungkinan adanya peningkatan kasus pada bulan Oktober, November dan Desember 2024.

Hipertensi dapat disebabkan oleh berbagai faktor risiko sehingga meningkatkan kemungkinan terjadinya semakin besar. Pada penelitian Wulandari, (2021:3) menjelaskan bahwa faktor risiko terjadinya hipertensi pada remaja terbagi menjadi dua kategori yaitu faktor yang tidak dapat berubah seperti faktor keturunan, jenis kelamin, dan usia. Faktor risiko yang dapat diubah seperti pola makan yang banyak mengandung lemak dan kolesterol, asupan tinggi garam, kebiasaan tidak makan buah dan sayur, dan pola hidup yang tidak sehat seperti merokok, minum, jarang berolahraga, obesitas dan stres.

Peningkatan kasus hipertensi di kalangan anak muda semakin sering terjadi akibat perubahan perilaku gaya hidup (life style) yang cenderung tidak baik. Pada penelitian Simanjuntak, et al., (2021:505) menjelaskan bahwa mahasiswa sebagai salah satu kelompok usia muda yang mulai mandiri dan tidak lagi diawasi orang tua, sering mengalami kesulitan dalam mengelola kebiasaan hidup mereka sehingga dapat mengarah pada perubahan gaya hidup.

Penelitian yang dilakukan oleh Yuliani di kalangan mahasiswa Teknik Undip menunjukkan bahwa 43% mahasiswa tergolong dalam kategori pre-hipertensi sistolik dan 61% dalam kategori pre-hipertensi diastolik. Hal ini dipengaruhi oleh gaya hidup mahasiswa yang kurang sehat, termasuk pola makan yang buruk, stres, kualitas tidur yang rendah, dan kebiasaan merokok (Simanjuntak, et al.,

2021:505). Pada penelitian Wulandari, (2021:4) dalam penelitian Saing, (2016) menjelaskan remaja cenderung lebih memilih makanan instan, seperti fast food dan junk food yang rendah nutrisi, daripada mengonsumsi makanan yang kaya serat seperti buah dan sayur. Selain itu, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, kurangnya aktivitas fisik, dan pola tidur yang buruk dapat berkontribusi terhadap perkembangan hipertensi di kalangan remaja. Dalam hal ini, remaja masih menunjukkan kurangnya perilaku pencegahan hipertensi (Wulandari, 2021:4).

Penting untuk menerapkan perilaku pencegahan dengan memperhatikan faktor risiko hipertensi guna mengurangi kemungkinan terjadinya kondisi tersebut. Dalam penelitian Wulandari, (2021:3) pemerintah telah mengambil langkah pencegahan hipertensi melalui INPRES No. 2017 guna mengurangi faktor risiko penyakit ini, yaitu dengan menjalankan program CERDIK yang mencakup pemeriksaan kesehatan secara rutin, hindari asap rokok, rajin aktivitas fisik, diet seimbang, istirahat cukup dan kelola stres.

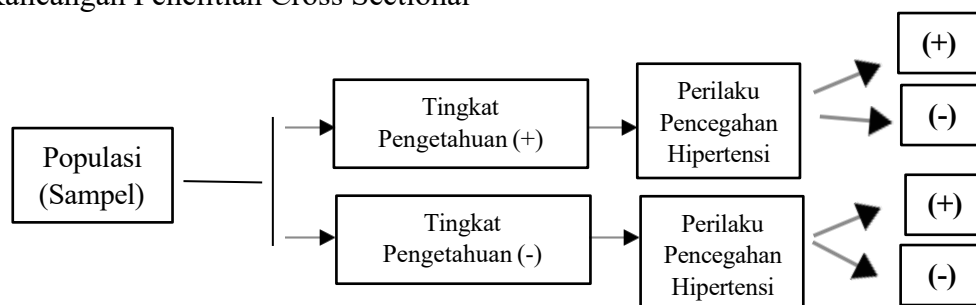
Pengetahuan tentang hipertensi sering kali terbatas di kalangan anak muda yang dapat menghambat perilaku pencegahan yang efektif, sehingga meningkatkan risiko hipertensi di usia lanjut. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Lestari & Siswanto, (2022) menunjukkan hasil bahwa ada hubungan antara pengetahuan dan perilaku pencegahan hipertensi. Pada penelitian Lestari & Siswanto, (2022) dalam penelitian Tobias, *et al.*, (2015) menurut Notoatmodjo tahun 2002 perilaku yang didasarkan pada pengetahuan cenderung lebih bertahan lama dibandingkan perilaku yang tidak berlandaskan pengetahuan.

Berdasarkan dari penelitian terdahulu dan latar belakang di atas, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul tentang “Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Terhadap Perilaku Pencegahan Hipertensi Pada Masyarakat Usia 13 – 25 Tahun di Posyandu Remaja Metes”.

2. Metode

Desain penelitian berfungsi sebagai kerangka acuan bagi peneliti dalam menganalisis hubungan (korelasi) antar variabel dalam penelitian (Wulandari, 2021:38). Pada penelitian ini, menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *Cross Sectional* yaitu Menganalisis hubungan antara faktor risiko dengan efek mencakup variabel bebas dan terikat yang diukur dalam satu waktu (Yunianto, 2022:43). Dalam penelitian ini faktor risiko (variabel independen) dan efeknya (Variabel dependen) yang akan diteliti yaitu hubungan antara tingkat pengetahuan terhadap perilaku pencegahan hipertensi pada masyarakat usia 13 – 25 tahun di Posyandu Remaja Metes.

Gambar 1. Rancangan Penelitian Cross Sectional



3. Hasil dan Pembahasan

A. Data Umum

Data umum adalah karakteristik responden yang ada di posyandu remaja metes. Terdiri dari jenis kelamin, usia, pekerjaan dan tekanan darah responden.

1. Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 1. Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase(%)
1.	Laki-laki	19	42
2.	Perempuan	26	58
Jumlah		45	100

Berdasarkan tabel 9 menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 26 responden (58%).

2. Karakteristik Responden berdasarkan Usia

Tabel 2. Karakteristik Responden berdasarkan Usia

No.	Usia	Frekuensi	Persentase(%)
1.	13 – 15	9	20
2.	16 – 19	20	44
3.	20 – 25	16	36
Jumlah		45	100

Berdasarkan tabel 10 menunjukkan bahwa hampir setengahnya dari responden berusia 16-19 tahun yaitu sebanyak 20 responden (44%) dan berusia 20-25 tahun sebanyak 16 responden (36%). Sedangkan sebagian kecil dari responden berusia 13-15 tahun yaitu sebanyak 9 responden (20%).

3. Karakteristik Responden berdasarkan Pekerjaan

Tabel 3. Karakteristik Responden berdasarkan Pekerjaan

No.	Pekerjaan	Frekuensi	Persentase(%)
1.	Pelajar/Mahasiswa	26	58
2.	Bekerja	19	42
Jumlah		45	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden masih pelajar atau mahasiswa yaitu sebanyak 26 responden (58%). Sedangkan hampir setengahnya dari responden lainnya sudah bekerja yaitu sebanyak 19 responden (42%).

4. Karakteristik Responden berdasarkan Tekanan Darah

Tabel 4. Karakteristik tekanan darah responden berdasarkan umur di Posyandu Remaja Metes

Umur	Tekanan Darah		Frekuensi	Persentase(%)
	Normal	Hipertensi		

13 - 15	9	0	9	20
16 - 19	20	0	20	44
20 - 25	16	0	16	36
Jumlah			45	100

Berdasarkan tabel 13 menunjukkan bahwa seluruh responden dari 3 kategori umur memiliki tekanan darah yang normal.

B. Data Khusus

Data khusus yang disajikan berdasarkan hasil pengukuran tingkat pengetahuan terhadap perilaku pencegahan hipertensi dari responden.

1. Tingkat Pengetahuan Hipertensi di Posyandu Remaja Metes

Tabel 5. Perilaku Pencegahan Hipertensi pada Responden di Posyandu Remaja Metes

No.	Perilaku Pencegahan Hipertensi	Frekuensi	Persentase(%)
1.	Baik	27	60
2.	Cukup	18	40
3.	Kurang	0	0
Jumlah		45	100

Berdasarkan tabel 15 menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden memiliki perilaku pencegahan hipertensi yang baik sebanyak 27 responden (60%) dan hampir setengahnya dari responden memiliki perilaku pencegahan hipertensi yang cukup yaitu sebanyak 18 responden (40%). Serta tidak satupun dari responden memiliki perilaku pencegahan hipertensi yang kurang.

2. Perilaku Pencegahan Hipertensi di Posyandu Remaja Metes

Tabel 16. Dukungan Teman Sebaya terhadap Perilaku Pencegahan Hipertensi pada Responden di Posyandu Remaja Metes

No.	Dukungan Teman Sebaya	Frekuensi	Persentase(%)
1.	Baik	27	60
2.	Cukup	18	40
3.	Kurang	0	0
Jumlah		45	100

Berdasarkan tabel 16 menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden memiliki dukungan teman sebaya yang baik sebanyak 27 responden (60%) dan hampir setengahnya dari responden memiliki dukungan teman sebaya yang cukup yaitu sebanyak 18

responden (40%). Serta tidak satupun dari responden kurang mendapatkan dukungan dari teman sebaya.

Hasil uji statistik tingkat pengetahuan terhadap perilaku pencegahan hipertensi menggunakan uji *Spearman Rank Correlation* didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,041$. Sehingga hubungan antara variabel dikatakan signifikan karena $p\text{-value} \leq \alpha (0,05)$. Nilai keeratan hubungan 0,306 yang menunjukkan kategori lemah dengan arah hubungan positif. Dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan tingkat pengetahuan terhadap perilaku pencegahan hipertensi pada masyarakat usia 13-25 tahun di Posyandu Remaja Metes.

Gambar 2. Uji *Spearman Rank Correlation* Hubungan Tingkat Pengetahuan terhadap Perilaku Pencegahan Hipertensi pada Masyarakat Usia 13-25 Tahun di Posyandu Remaja Metes

			Correlations	
			Tingkat Pengetahuan	Perilaku Pencegahan Hipertensi
Spearman's rho	Tingkat Pengetahuan	Correlation Coefficient	1.000	.306*
		Sig. (2-tailed)	.	.041
		N	45	45
Perilaku Pencegahan Hipertensi	Perilaku Pencegahan Hipertensi	Correlation Coefficient	.306*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.041	.
		N	45	45

4. Kesimpulan

Tingkat pengetahuan responden usia 13-25 tahun di Posyandu Remaja Metes sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan yang cukup yaitu sebanyak 29 responden (64%). Masyarakat usia 13-25 tahun di Posyandu Remaja Metes sebagian besar memiliki perilaku pencegahan hipertensi yang baik yaitu sebanyak 27 responden (60%). Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan hipertensi pada masyarakat usia 13-25 tahun di Posyandu Remaja Metes. Hasil uji statistik menggunakan *Spearman Rank Correlation* didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,041$ sehingga dikatakan signifikan karena $p\text{-value} \leq \alpha (0,05)$. Dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima. Serta nilai keeratan hubungan sebesar 0,306 yang menunjukkan kategori lemah dengan arah hubungan positif.

Daftar Pustaka

- Ashari, Y., Nuriyah, & Maria, I. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan, Sikap, Dan Dukungan Keluarga Terhadap Perilaku Pengendalian Hipertensi Di Puskesmas Kebun Handil Kota Jambi. 1(2). [16570-Article Text-45891-1- 10-20220101.pdf](https://ejournal.uniska-bjm.ac.id/7792/1/ARTIKEL%20KHUSNAH%20FAHRIAH%20fix.pdf)
- Fahriah, K., Rizal, A., & Irianty. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan, Pengetahuan dan Sikap terhadap Pencegahan Penyakit Hipertensi pada Usia Produktif di Wilayah Kerja Puskesmas Melati Kuala Kapuas tahun 2021. <https://ejournal.uniska-bjm.ac.id/7792/1/ARTIKEL%20KHUSNAH%20FAHRIAH%20fix.pdf>

Firmansyah, R. S., & Aprilianti, V. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Hipertensi Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat 1 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan Tahun 2023. *Journal Of Nursing Practice and Education*. 4(1):169-176. [\(PDF\) Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan hipertensi pada mahasiswa keperawatan tingkat 1 di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan tahun 2023](#)

Girsang, N. (2024). Hubungan Konformitas dan Lingkungan Sosial dengan Pencegahan Hipertensi di Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2024.

Kementerian Kesehatan. (2022). Masalah dan Tantangan Kesehatan Indonesia. [Website Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat - Kemkes](#) diakses pada 19 Agustus 2024

Lestari, K. I., & Siswanto, Y. (2022). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Terhadap Perilaku Pencegahan Hipertensi Pada Remaja di Desa Gebugan Kecamatan Bergas 2022. [Karisma_Artikel Fix \(1\) - Karisma Indah Lestari.pdf](#)

Simanjuntak, A. A., Adi, M. S., Hestningsih, R., & Saraswati, L. D. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Sikap terhadap Pencegahan Hipertensi Pada Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Universitas Diponegoro Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 9(4):2356-3346. [29680-68666- 1-PB \(1\).pdf](#)

Wijayanti, N., & Fauzia, N. (2023). Pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM): Hipertensi, Kolesterol, Diabetes Melitus, dan Asam Urat. *Journal Of Community Empowerment*. 5(3). [admin,+vol+5+no+3+november+23+\(76- 82\) \(2\).pdf](#)

World health organization. (2023). *Hypertension* (online) diakses dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension> pada 20Agustus 2024

Wulandari, M. (2021). Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Pencegahan Hipertensi Pada Remaja di SMAN 24 Bandung Tahun 2021.

Yunianto, R. D. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Hipertensi dengan Sikap dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi di Desa Wungu Kecamatan Wungu Kabupaten Madiun.