



Efektivitas Leaflet dalam Meningkatkan Pengetahuan Hipertensi pada Lansia di Desa Gandatapa

Ikhwan Yuda Kusuma¹, Desi Nawangsari¹, Rani Prabandari¹, Khamdiyah Indah Kurniasih¹, Fauziah Fauziah¹, Nastasya Anis Abely¹, Cindy Ade Safitri¹

¹Program Studi Farmasi, Universitas Hrapan Bangsa, Indonesia.

Correspondence author: Ikhwan Yuda Kusuma

Email: ikhwanyudakusuma@uhb.ac.id

Address : Perum. Dewandaru Blok H3, Karangraju, Sokaraja, Banyumas 53181 Indonesia, Telp. 081231552559

Submitted: 27 September 2024, Revised:30 September 2024, Accepted:30 September 2024, Published:20 Oktober 2024

DOI: doi.org/10.56359/kolaborasi.v4i5.437



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Introduction: Hypertension is a significant global health issue that often presents without symptoms, leaving many individuals unaware of their condition. Effective management and prevention of hypertension require increased awareness and education, particularly among the elderly population, who are at higher risk.

Objective: This study aims to evaluate the effectiveness of health counseling using leaflets in improving hypertension knowledge among the elderly at Integrated service post (Posyandu) community association (RW) 4 Gandatapa.

Method: This descriptive quantitative study employed a pre-post design. Health counseling was conducted using leaflets at Integrated service post (Posyandu) community association (RW) 4 Gandatapa on July 16, 2024, involving 44 elderly participants aged 65-70 years. Knowledge levels were assessed using pre-test and post-test questionnaires. The intervention included distributing leaflets and conducting a discussion session to reinforce the information provided.

Result:The study observed a significant increase in participants' knowledge about hypertension, with average knowledge scores rising from 43% in the pre-test to 63% in the post-test.

Conclusion: The findings suggest that health counseling using leaflets is an effective method for improving hypertension knowledge among the elderly. However, to optimize the impact, future interventions should consider additional support methods, especially for those with limited literacy or visual impairments.

Keywords: hypertension, health counseling, leaflet, elderly, health knowledge

Latar Belakang

Hipertensi masih menjadi salah satu masalah utama di dunia kesehatan hingga saat ini. Masyarakat awam sering menyebut hipertensi sebagai “darah tinggi” karena penyakit ini ditandai oleh peningkatan tekanan darah di luar batas normal. Selain itu, hipertensi dikenal sebagai penyakit tidak menular, karena tidak dapat ditularkan dari satu orang ke orang lainnya (Mahayuni, 2021). Penyakit ini sering kali tidak menunjukkan gejala apapun, sehingga banyak penderita tidak menyadari bahwa mereka mengidap hipertensi sebelum menjalani pemeriksaan tekanan darah (Nugraha et al., 2022).

Menurut WHO, sekitar 1,13 miliar orang di seluruh dunia mengidap hipertensi, yang berarti 1 dari 3 penduduk di dunia terdiagnosis dengan kondisi ini (Andri et al., 2021; Harsismanto et al., 2020). Jumlah orang yang terdiagnosis hipertensi terus meningkat setiap tahunnya dan diperkirakan akan mencapai 1,5 miliar pada tahun 2025. Selain itu, diperkirakan 10,44 juta orang meninggal setiap tahun akibat hipertensi dan komplikasinya (Hidayat et al., 2021; Sartika et al., 2020). Menurut Badan Pusat Statistik, prevalensi penyakit hipertensi di Jawa Tengah mencapai 37,5% pada tahun 2018. Sedangkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2019 menunjukkan bahwa terdapat 396.658 kasus hipertensi di Kabupaten Banyumas, yang mewakili 26,0% dari populasi (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2019).

Hipertensi dapat disebabkan oleh peningkatan curah jantung akibat peningkatan denyut jantung, volume darah, dan peregangan serabut otot jantung, serta aliran darah yang tiba-tiba terhenti di bagian otot jantung (Sartika et al., 2022; Ulfiana et al., 2018). Faktor lain yang mempengaruhi hipertensi adalah kelebihan berat badan, yang menuntut pengendalian pola makan untuk mencegah penambahan jaringan lemak dalam tubuh (Kartika et al., 2021). Menurut penelitian (Ansar & et al., 2019) tekanan darah tinggi (hipertensi) didefinisikan sebagai keadaan di mana tekanan darah seseorang mencapai ≥ 140 mmHg (sistolik) dan/atau ≥ 90 mmHg (diastolik).

Penyuluhan merupakan salah satu upaya efektif untuk menambah pengetahuan dan informasi dalam mencegah terjadinya komplikasi. Penyuluhan kesehatan menjadi cara yang efektif untuk memperoleh informasi dan pengetahuan kesehatan, baik sebelum maupun setelah penyuluhan. Leaflet merupakan media visual yang dapat digunakan untuk menarik perhatian masyarakat terhadap materi yang disampaikan (Andriyani et al., 2021). Penelitian oleh (Erika et al., 2021) menyatakan bahwa penggunaan media leaflet dalam penyuluhan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi. Penelitian (Prihartono et al., 2019) juga mendukung temuan ini, menunjukkan bahwa media leaflet memang efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi, baik sebelum maupun sesudah penyuluhan. Namun, meskipun leaflet terbukti efektif, ada tantangan dalam penggunaannya terutama di kalangan lansia. Beberapa lansia mungkin mengalami kesulitan dalam memahami informasi tertulis karena keterbatasan kemampuan membaca atau karena gangguan penglihatan. Oleh karena itu, penyuluhan menggunakan media leaflet perlu didukung oleh metode lain seperti penjelasan langsung dari petugas kesehatan untuk memastikan bahwa informasi yang disampaikan dapat dipahami dengan baik (Baker et al., 2020).

Dalam konteks ini, Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) sebagai fasilitas kesehatan yang berperan penting dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat, dapat memanfaatkan media leaflet untuk memberikan edukasi yang lebih efektif kepada lansia. Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) merupakan salah satu bentuk pelayanan kesehatan yang berbasis masyarakat dan berperan penting dalam mendeteksi dini serta mencegah berbagai

penyakit, termasuk hipertensi. Penyuluhan kesehatan di Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) biasanya dilakukan oleh kader kesehatan yang telah dilatih untuk memberikan informasi kesehatan kepada masyarakat setempat (Sari et al., 2022).

Kader kesehatan di Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) memiliki peran penting dalam mendukung program penyuluhan kesehatan. Mereka tidak hanya bertugas memberikan informasi kesehatan tetapi juga membantu memantau kondisi kesehatan masyarakat, termasuk tekanan darah lansia. Dengan adanya kader kesehatan yang aktif, penyuluhan kesehatan dapat dilakukan secara rutin dan berkelanjutan, sehingga pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dapat terus ditingkatkan (Wahyuni et al., 2021).

Penelitian ini dilakukan untuk mengevaluasi efektivitas penyuluhan kesehatan dengan menggunakan media leaflet dalam meningkatkan pengetahuan hipertensi pada lansia di Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) Rukun Warga (RW) 4 Gandatapa. Penelitian ini penting karena dapat memberikan gambaran mengenai sejauh mana penggunaan media leaflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan lansia tentang hipertensi. Selain itu, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan strategi penyuluhan kesehatan yang lebih efektif di masa mendatang.

Temuan ini memiliki implikasi penting bagi pengembangan program penyuluhan kesehatan di masa mendatang. Pertama, penyuluhan kesehatan harus disesuaikan dengan tingkat pendidikan dan kondisi kesehatan lansia agar lebih efektif. Kedua, media leaflet dapat digunakan sebagai salah satu alat dalam penyuluhan kesehatan, tetapi harus didukung dengan metode lain. Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan dengan menggunakan media leaflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan lansia tentang hipertensi. Namun, efektivitas penyuluhan ini dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti tingkat pendidikan dan kondisi kesehatan lansia. Oleh karena itu, pengembangan program penyuluhan kesehatan di masa mendatang perlu mempertimbangkan faktor-faktor ini agar dapat memberikan hasil yang lebih optimal (Bakti & Dewi, 2020).

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam upaya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi, khususnya di kalangan lansia. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi acuan bagi pengembangan strategi penyuluhan kesehatan yang lebih efektif di masa mendatang, sehingga dapat membantu dalam pencegahan dan penanganan hipertensi di masyarakat.

Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas penyuluhan kesehatan menggunakan media leaflet dalam meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi pada lansia di Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) Rukun Warga (RW) 4 Gandatapa.

Metode

Pelaksanaan metode yang digunakan adalah memberikan penyuluhan kepada masyarakat. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) gandatapa Rukun Warga (RW) 4 dengan sasaran lansia. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 16 Juni 2024, dengan jumlah peserta sebanyak 44 orang.

Tahapan pelaksanaan kegiatan ini meliputi perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap perencanaan dimulai dengan rapat koordinasi tim pelaksana kegiatan untuk membahas persiapan, sasaran, dan strategi pelaksanaan, dilanjutkan dengan penyusunan materi penyuluhan. Selain itu, dilakukan studi pendahuluan di lokasi pengabdian, perizinan, serta

diskusi dengan pihak Puskesmas dan Kelurahan untuk menetapkan tanggal pelaksanaan kegiatan. Hasil diskusi menyepakati bahwa kegiatan akan dilaksanakan bertepatan dengan jadwal Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) lansia di Puskesmas Gandatapa Rukun Warga (RW) 4, Kelurahan Sumbang pada tanggal 16 Juni 2024.

Tahap pelaksanaan diawali dengan pre-test (pengukuran awal) kepada peserta untuk mengukur pengetahuan awal mereka tentang hipertensi. Penyuluhan kesehatan tentang hipertensi dilakukan menggunakan media leaflet, dengan harapan materi yang diberikan tentang definisi, faktor risiko, kelompok berisiko, gejala, dan pencegahan hipertensi dapat dipahami dengan baik dan dapat diikuti dengan pembelajaran mandiri. Sesi diskusi dilakukan setelahnya, di mana peserta dapat mengajukan pertanyaan terkait materi yang telah disampaikan. Selanjutnya, dilakukan post-test (pengukuran akhir) dengan pertanyaan yang sama seperti pada pre-test untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan peserta setelah penyuluhan.

Tahap evaluasi mencakup penyampaian laporan kegiatan dan hasil kegiatan. Evaluasi keberhasilan kegiatan dilakukan dengan membandingkan nilai pre-test dan post-test. Kuesioner pre-test dan post-test yang disusun oleh tim dosen pelaksana terdiri dari 31 pernyataan yang menggali pengetahuan mengenai hipertensi, obat hipertensi, tingkat kepatuhan, serta diet dan gaya hidup. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan rumus statistik sederhana untuk menghitung persentase peningkatan pengetahuan.

Hasil

Karakteristik demografis dari 44 peserta ditunjukkan pada Tabel 2. Tabel 1-3 menunjukkan skor persentase rata-rata dan standar deviasi untuk tingkat pengetahuan peserta, keyakinan tentang obat, dan tingkat kepatuhan, masing-masing, sebelum, selama, dan setelah intervensi pendidikan.

Tabel 2. Karakteristik demografis responden

Karakteristik	Jumlah Responden	Persentasi
Jenis Kelamin		
Perempuan	40	90,91%
Laki-Laki	4	9,09%
Usia		
65-70	23	52,28%
71-75	14	31,81%
76-80	7	15,91%

Tabel 2 menunjukkan distribusi demografis responden berdasarkan jenis kelamin dan usia. Dari total responden, sebanyak 40 orang atau 90.91% adalah perempuan, sementara 4 orang atau 9.09% adalah laki-laki. Berdasarkan kelompok usia, 23 responden (52.28%) berusia antara 65-70 tahun, 14 responden (31.81%) berusia antara 71-75 tahun, dan 7 responden (15.91%) berusia antara 76-80 tahun.

Table 3. Tingkat pengetahuan responden tentang hipertensi

Periode belajar	Metode pengukuran tingkat pengetahuan
Pre-test	43% ± 2,71
Post-test	63% ± 3,60

Nilai diberikan sebagai nilai presentase rata-rata ± standar deviasi

Berdasarkan data dari Tabel 3, tingkat pengetahuan responden tentang hipertensi menunjukkan peningkatan yang signifikan setelah mengikuti periode belajar. Sebelum pelatihan, nilai rata-rata tingkat pengetahuan responden (pre-test) adalah 43% dengan standar deviasi sebesar 2,71. Setelah pelatihan, nilai rata-rata tingkat pengetahuan responden (post-test) meningkat menjadi 63% dengan standar deviasi sebesar 3,60. Peningkatan ini mencerminkan efektivitas periode belajar dalam meningkatkan pemahaman responden mengenai hipertensi.

Diskusi

Penelitian ini melibatkan 44 peserta dengan distribusi demografis yang beragam, yang dirangkum dalam Tabel 2. Mayoritas peserta adalah perempuan, dengan jumlah mencapai 40 orang atau 90.91% dari total responden. Sebaliknya, responden laki-laki hanya berjumlah 4 orang, atau 9.09%. Hal ini menunjukkan dominasi peserta perempuan dalam studi ini. Faktor ini bisa mempengaruhi hasil penelitian, terutama jika ada perbedaan gender dalam pengetahuan atau respons terhadap intervensi pendidikan tentang hipertensi.

Distribusi usia peserta menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada dalam kelompok usia 65-70 tahun, dengan jumlah 23 orang atau 52.28%. Kelompok usia 71-75 tahun mencakup 14 orang atau 31.81% dari total responden, sementara kelompok usia 76-80 tahun mencakup 7 orang atau 15.91%. Data ini menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah individu yang lebih tua, yang mungkin lebih rentan terhadap hipertensi dan memerlukan pengetahuan yang lebih baik untuk mengelola kondisi mereka.

Tabel 3 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden tentang hipertensi meningkat secara signifikan setelah intervensi pendidikan. Sebelum mengikuti periode belajar, nilai rata-rata tingkat pengetahuan responden (pre-test) adalah 43% dengan standar deviasi sebesar 2,71. Setelah mengikuti periode belajar, nilai rata-rata tingkat pengetahuan responden (post-test) meningkat menjadi 63% dengan standar deviasi sebesar 3,60. Peningkatan sebesar 20% ini menunjukkan efektivitas intervensi pendidikan yang diberikan.

Penelitian ini mengkonfirmasi temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa intervensi pendidikan dapat meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi studi oleh Smith et al. (2020) menemukan bahwa pendidikan kesehatan secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran pasien tentang hipertensi, yang pada gilirannya meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan dan manajemen penyakit (Smith & et al., 2020)

Hasil penelitian ini memiliki beberapa implikasi penting. Pertama, peningkatan yang signifikan dalam tingkat pengetahuan menunjukkan bahwa program pendidikan yang diterapkan berhasil memberikan pemahaman yang lebih baik kepada peserta mengenai hipertensi. Pengetahuan yang baik tentang hipertensi adalah kunci untuk manajemen penyakit yang efektif dan kepatuhan terhadap pengobatan, yang pada akhirnya dapat mengurangi komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup pasien.

Kedua, mengingat bahwa mayoritas peserta adalah perempuan dan berusia lanjut, program pendidikan yang serupa harus dipertimbangkan untuk diterapkan lebih luas pada kelompok

demografis ini (Lee & et al., 2018) menunjukkan bahwa kelompok usia lanjut seringkali memiliki tingkat pengetahuan kesehatan yang lebih rendah dan memerlukan pendekatan pendidikan yang disesuaikan untuk memastikan efektivitas.

Ketiga, penelitian ini menyoroti pentingnya terus mengembangkan dan mengimplementasikan program pendidikan kesehatan yang efektif, terutama untuk kondisi kronis seperti hipertensi. Dengan prevalensi hipertensi yang tinggi di kalangan populasi lanjut usia, intervensi pendidikan yang berkelanjutan dapat memainkan peran penting dalam pencegahan dan manajemen penyakit ini.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi pendidikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi di kalangan peserta. Mayoritas peserta yang berusia lanjut dan perempuan menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan mereka setelah intervensi. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya pendidikan kesehatan dalam manajemen penyakit kronis dan menawarkan dasar yang kuat untuk pengembangan program pendidikan yang lebih efektif dan berkelanjutan.

Daftar Pustaka

1. Andri, J., Padila, P., Sartika, A., Andrianto, M. B., & Harsismanto, J. (2021). Changes of Blood Pressure in Hypertension Patients Through Isometric Handgrip Exercise. *JOSING: Journal of Nursing and Health*, 1(2), 54–64.
2. Andriyani, S., Alfiah, A., Adilah, F., Mawardah, R., Nursyifa, R. I., Pangestu, M. R., Uning, D., Ngisom, M., Werdani, K. E., AmbaRukun Warga (RW)ati, A., & others. (2021). *Promosi kesehatan pada masyarakat kelurahan margomulyo usia produktif dengan media leaflet dan poster sebagai upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi*.
3. Ansar, M. & et al. (2019). Hypertension Classification and Management Guidelines. *Journal of Cardiology*, 8(1), 40–49.
4. Baker, S., Turner, R., & Ward, T. (2020). Challenges in Visual Health Literacy Among the Elderly. *Health Education Journal*, 79(5), 492–501.
5. Bakti, R., & Dewi, R. A. (2020). Pengaruh Media Leaflet terhadap Pengetahuan dan Perilaku Lansia dalam Pencegahan Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 123–130.
6. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2019). Profil Kesehatan Provinsi Jateng Tahun 2019. *Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah*, 3511351(24).
7. Erika, C., Rosalina, E., & Susilo, W. H. (2021). Pengaruh Promosi Kesehatan dengan Media Leaflet terhadap Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Hipertensi pada Lansia di Kampung Sawah Jakarta Utara. *Carolus Journal of Nursing*, 4(1), 1–12.
8. Harsismanto, J., Andri, J., Payana, T. D., Andrianto, M. B., & Sartika, A. (2020). Kualitas tidur berhubungan dengan perubahan tekanan darah pada lansia. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 2(1), 1–11.
9. Hidayat, R., Agnesia, Y., & Safitri, Y. (2021). Faktor Risiko Hipertensi Pada Masyarakat Di Desa Pulau Jambu Uptd Blud Kecamatan Kuok Kabupaten Kampar. *Jurnal Ners*, 5(1), 8–19.

10. Kartika, M., Subakir, S., & Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Sungai Penuh Tahun 2020. *Jurnal Kesmas Jambi*, 5(1), 1–9.
11. Lee, C. & et al. (2018). Educational Interventions for Elderly Patients: A Review of the Literature. *Geriatric Nursing*, 39(4), 437–444.
12. Mahayuni, K. S. (2021). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Kabupaten Klungkung Tahun 2021* [PhD Thesis]. Jurusan Keperawatan 2021.
13. Nugraha, D. P., Amalia, A., Oktafiona, E. W., Alifa, A. R., Ernawati, E., & Maurizka, I. O. (2022). Pemberdayaan Masyarakat dengan Menggunakan Pillbox dalam Rangka Meningkatkan Kepatuhan Minum Obat Pasien Hipertensi di Desa Bendiljati Wetan Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung. *Journal of Community Service (JCS)*, 1(2), 1–6.
14. Prihartono, W., Andarmoyo, S., & Isroin, L. (2019). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan pemenuhan diet pada penderita hipertensi. *Health Sciences Journal*, 3(1), 1–12.
15. Sari, R., Yuliana, S., & Prasetyo, A. (2022). Peran Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) dalam Upaya Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Masyarakat melalui Media Leaflet. *Jurnal Pembangunan Kesehatan*, 12(3), 145–156.
16. Sartika, A., Andri, J., & Padila, P. (2022). Progressive Muscle Relaxation (PMR) Intervention with Slow Deep Breathing Exercise (SDBE) on Blood Pressure of Hypertension Patients. *JOSING: Journal of Nursing and Health*, 2(2), 65–76.
17. Sartika, A., Betrianita, B., Andri, J., Padila, P., & Nugrah, A. V. (2020). Senam Lansia Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 2(1), 11–20.
18. Smith, J. & et al. (2020). Impact of Health Education on Hypertension Awareness and Management. *Journal of Health Education Research*, 35(2), 112–125.
19. Ulfiana, E., Priyantini, D., & Fauziningtyas, R. (2018). Physical Activity, Sleep Quality and Physical Fitness of the Elderly who Live in Nursing Homes. *Proceedings of the 9th International Nursing Conference (INC 2018)*, 388–393.
20. Wahyuni, S., Setiawati, S., & Pratiwi, Y. (2021). Peran Kader Kesehatan dalam Penyuluhan dan Monitoring Kesehatan Lansia di Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 123–134.