



INFORMASI ARTIKEL

Received: January, 20, 2025

Revised: January, 12, 2025

Available online: February, 26, 2025

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/hjk>

Edukasi berbasis teori *health belief model* terhadap pengetahuan pencegahan risiko komplikasi hipertensi

Nadya Putri Berliana Fatati Yusuf, Arina Maliya*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Korespondensi penulis: Arina Maliya. *Email: am169@ums.ac.id

Abstract

Background: Hypertension is a non-communicable disease that plays an important role in various chronic diseases, such as cardio-metabolic and neurodegenerative which can have a negative impact on quality of life and life expectancy. Its prevalence continues to increase globally and nationally and one of the influencing factors is the low knowledge about preventing complications.

Purpose: To measure the effectiveness of education based on the health belief model theory on knowledge, prevention of the risk of hypertension complications.

Method: Quantitative research with a quasi-experimental pre-post test methodology approach involving 2 groups, namely intervention and control. This research was conducted at the integrated development post for non-communicable diseases, Gatak health center on September 6-24, 2024 with a sample of 84 participants and measurements were carried out using a questionnaire with a Guttman scale as an assessment instrument.

Results: The pre-test results of the intervention group showed that most participants were in the category of lacking knowledge, namely 30 participants (71.4%). However, after the health belief model intervention, the post-test results increased to the good category, namely 30 participants (71.4%). In the control group, the pre-test results were in the bad category, namely 31 participants (73.8%). When the post-test was carried out, it was still in the bad category, namely 28 participants (66.7%).

Conclusion: Health belief model-based education shows effectiveness in increasing knowledge about hypertension management and preventing the risk of complications. This kind of health education can be used as an effective strategy to reduce the incidence of complications and improve the quality of life of people with hypertension.

Suggestion: Further research can develop variables of attitudes and preventive behaviors to prevent the risk of hypertension complications.

Keywords: Complications; Education; Health Belief Model; Hypertension; Knowledge.

Pendahuluan: Hipertensi adalah penyakit tidak menular yang berperan sebagai faktor utama berbagai penyakit kronis, seperti kardio-metabolik dan neurodegeneratif yang dapat berdampak buruk pada kualitas hidup dan harapan hidup. Prevalensinya terus meningkat secara global maupun nasional dan salah satu faktor yang memengaruhi adalah rendahnya pengetahuan tentang pencegahan komplikasi.

Tujuan: Untuk mengukur efektivitas edukasi berbasis teori *health belief model* terhadap pengetahuan pencegahan risiko komplikasi hipertensi.

Metode: Penelitian kuantitatif menggunakan pendekatan metodologis *quasi-eksperimental pre-post-test* yang melibatkan 2 kelompok yaitu intervensi dan kontrol. Penelitian ini dilaksanakan di Pos Pembinaan Terpadu

Edukasi berbasis teori *health belief model* terhadap pengetahuan pencegahan risiko komplikasi hipertensi

(Posbindu) penyakit tidak menular (PTM) Puskesmas Gatak pada 6-24 September 2024, jumlah sampel sebanyak 84 partisipan dan pengukuran dilakukan menggunakan kuesioner dengan skala Guttman sebagai instrumen penilaian.

Hasil: Pada *pre-test* kelompok intervensi menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan berada dalam kategori pengetahuan yang buruk sebanyak 30 (71.4%). Namun, setelah diterapkan intervensi *health belief model*, hasil *post-test* meningkat dalam kategori baik sebanyak 30 partisipan (71.4%). Pada kelompok kontrol, hasil *pre-test* dalam kategori buruk sebanyak 31 (73.8%). Ketika *post-test*, masih bertahan dalam kategori buruk dengan jumlah 28 (66.7%).

Simpulan: Edukasi berbasis *health belief model* menunjukkan efektivitas dalam meningkatkan pengetahuan tentang penanganan hipertensi dan pencegahan risiko komplikasi. Edukasi kesehatan semacam ini dapat dijadikan strategi yang efektif untuk mengurangi angka kejadian komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup penderita hipertensi.

Saran: Penelitian selanjutnya dapat mengembangkan variabel sikap pencegahan dan perilaku pencegahan risiko komplikasi hipertensi.

Kata Kunci: Edukasi; *Health Belief Model*; Hipertensi; Komplikasi; Pengetahuan.

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM) dianggap sebagai tantangan utama dalam pembangunan kesehatan saat ini. Salah satu kategori dari jenis penyakit ini adalah hipertensi, yang tergolong sebagai penyakit kronis dengan angka kematian yang relatif besar (Kristinawati, Khasanah, & Rahmawati, 2020). Hipertensi berperan sebagai faktor prediktif utama untuk berbagai penyakit kronis termasuk penyakit *cardio-metabolic* dan *neurodegenerative* yang dapat berdampak pada kualitas hidup dan harapan hidup yang sehat (Sambou, Bafei, & Bass, 2024).

Hipertensi umumnya disebut sebagai "pembunuh senyap". Penyakit ini bisa berkembang tanpa memperlihatkan tanda-tanda atau gejala yang tampak nyata, sehingga banyak individu tidak menyadari bahwa mereka mengidapnya. Biasanya penderita tidak akan merasakan bahwa ia terserang penyakit hipertensi dan baru menyadari ketika terkena komplikasi. Hipertensi dikategorikan pada seseorang ketika tekanan darah sistolik (SBP) melebihi 140 mmHg dan tekanan darah diastolik (DBP) berada di atas 90 mmHg (Williams, Mancia, Spiering, Rosei, Azizi, Burnier, & Desormais, 2019). Tekanan darah dianggap masih berada dalam batas normal apabila berada di angka 130/85 mmHg atau lebih rendah. Apabila nilainya lebih dari batas normal, maka dinyatakan hipertensi (World Health Organization, 2023).

Prevalensi hipertensi terus meningkat secara global. Berdasarkan data *World health Organization* (WHO), penderita hipertensi diprediksi akan mengalami jumlah kenaikan dari 1.13 miliar pada

tahun 2015 menjadi 1.5 miliar pada tahun 2025 dan 10.44 juta orang akan meninggal karena komplikasi dari penyakit hipertensi. Di Indonesia, Riset Kesehatan Dasar 2018 mencatat bahwa 34.11% penduduk mengalami hipertensi dengan angka tertinggi di Kalimantan Selatan (44.13%), Jawa Barat (39.60%), Kalimantan Timur (39.30%), dan Jawa Tengah menempati posisi ke-4 dengan persentase 37.57% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Di Kabupaten Sukoharjo, jumlah penderita hipertensi mengalami peningkatan yang signifikan dari 115.801 kasus pada tahun 2021, menjadi 139.114 kasus pada tahun 2022. Di Kecamatan Gatak Jumlah penderita hipertensi yang berusia diatas 15 tahun sebanyak 15.578 dan yang mendapat pelayanan kesehatan sebanyak 8.390 jiwa (Dinas Kesehatan Sukoharjo, 2022). Jika keadaan ini terus dibiarkan tanpa adanya pencegahan yang tepat, maka dipastikan kasus hipertensi akan terus meningkat dan dapat menimbulkan komplikasi bahkan kematian (Dinita & Maliya, 2022).

Kejadian hipertensi yang terus meningkat disebabkan oleh pola makan yang kurang sehat serta minimnya aktivitas fisik, kurangnya pengetahuan tentang penyakit hipertensi dan ketidakpatuhan dalam mengonsumsi obat antihipertensi. Pada masa kini, masih terdapat sejumlah masyarakat yang belum memahami penyakit hipertensi, sementara sebagian lainnya sudah memiliki pengetahuan yang memadai mengenai penyakit tersebut.

Pentingnya pemahaman tentang kesehatan tidak dapat diabaikan dalam menjalani kehidupan sehari-

Nadya Putri Berliana Fatati Yusuf, Arina Maliya*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Korespondensi penulis: Arina Maliya. *Email: am169@ums.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i12.496>

hari, terutama berkaitan dengan penyakit hipertensi. Semakin banyak pengetahuan pasien mengenai penyakit hipertensi, maka pencegahan yang dimiliki pasien akan semakin tinggi supaya penyakit tersebut tidak menimbulkan suatu komplikasi. Hipertensi adalah penyakit kronis yang akan dialami sepanjang hidup oleh penderitanya. Salah satu pendekatan yang dapat diterapkan untuk menangani tingginya angka hipertensi adalah melakukan pemberian pendidikan kesehatan kepada penderita hipertensi. Pendidikan kesehatan bertujuan untuk menyediakan penjelasan yang lebih mendalam bagi masyarakat agar mereka lebih sadar akan faktor risiko dan cara pencegahannya (Dinita & Maliya, 2022).

Dalam melakukan pencegahan dan meningkatkan pengetahuan masyarakat terhadap tingginya angka hipertensi di Puskesmas Gatak, salah satunya menggunakan teori model keyakinan kesehatan. Penyuluhan kesehatan menggunakan model keyakinan kesehatan adalah pemahaman yang digunakan untuk mengenal suatu faktor pemicu (demografi dan pengetahuan) dan persepsi individu terkait dengan kondisi kesehatan yang sedang dialaminya. Promosi kesehatan dengan menggunakan teori *health belief model* memiliki tujuan untuk memengaruhi perubahan perilaku penderita. Model ini berfokus pada pemahaman dan keyakinan individu terkait dengan kesehatan yang dialami, sehingga diharapkan dapat mendorong mereka dalam mengadopsi perilaku yang lebih sehat.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa intervensi edukasi kesehatan menggunakan pendekatan *health belief model* terhadap penderita hipertensi dapat meningkatkan pengetahuan, persepsi, dan perilaku dalam mengelola penyakit hipertensi (Suirvi, Herlina, & Dewi, 2022). Penelitian lain mengungkapkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan yang didasarkan pada *health belief model* efisien untuk memperdalam pemahaman masyarakat, meningkatkan pengetahuan, dan pencegahan komplikasi yang ditimbulkan dari penyakit hipertensi (Talango & Kusdharningsih, 2024).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Gatak pada bulan Januari-Desember 2023, didapatkan hasil sebanyak 499 pasien menderita hipertensi primer di usia produktif. Peneliti bertanya langsung kepada 10 penderita hipertensi, ditemukan bahwa pengetahuan mengenai komplikasi hipertensi masih kurang. Hasil wawancara Sebagian besar partisipan tampak tidak memiliki

pengetahuan tentang cara melakukan pencegahan komplikasi hipertensi, meskipun mereka tahu hipertensi berbahaya bagi kesehatan. Namun tidak tahu komplikasi yang dapat ditimbulkan dari penyakit hipertensi dan cara pencegahan yang tepat. Kurangnya praktik dan informasi yang buruk mengenai pencegahan yang tepat tentang penyakit hipertensi dapat menambah tingginya angka kejadian hipertensi dan merupakan tantangan dalam pengendalian penyakit hipertensi (Alshammari, Alajmi, Albarrak, Alaqil, Alsaeed, Alzayed, & Baqar, 2021).

Edukasi kesehatan yang didasarkan pada *health belief model* bermanfaat dalam mengevaluasi seberapa efektif pendekatan ini dalam meningkatkan pemahaman masyarakat terkait kesehatan penyakit hipertensi. *Health belief model* adalah model keyakinan kesehatan yang menjelaskan tentang seseorang yang memandang ancaman terhadap kesehatan dan perilaku yang diambil dalam mengatasi persoalan tersebut. Berdasarkan teori keyakinan kesehatan, seseorang yang merasa berisiko terhadap kondisi medis serius meyakini bahwa manfaat dari melakukan perubahan untuk menghindari persoalan tersebut lebih besar dibandingkan risikonya (Kaur, 2019).

METODE

Penelitian berbasis kuantitatif menggunakan pendekatan metodologis *quasi-eksperimental pre-post-test* yang melibatkan 2 kelompok yaitu intervensi dan kontrol. Penelitian ini dilaksanakan di Prolanis kantor kecamatan Gatak pada 7 September 2024 dan di Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) penyakit tidak menular (PTM) Puskesmas Gatak pada 6-24 September 2024. Pengumpulan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dan didapatkan sebanyak 84 partisipan yang terbagi ke dalam 2 kelompok penelitian, 42 partisipan untuk kelompok kontrol (tanpa edukasi) dan 42 kelompok intervensi (diberikan edukasi *health belief model* dan dilengkapi dengan *leaflet*). Kriteria inklusi sampel, meliputi penderita hipertensi di usia produktif (15-64 tahun), lama mengidap ≤ 5 tahun, dan setuju untuk berpartisipasi, sedangkan kriteria eksklusi mencakup penderita hipertensi yang mengalami masalah dalam pendengaran dan tidak mengikuti jalannya kegiatan secara utuh.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah pendidikan kesehatan dan variabel dependennya

Nadya Putri Berliana Fatati Yusuf, Arina Maliya*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Korespondensi penulis: Arina Maliya. *Email: am169@ums.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i12.496>

Edukasi berbasis teori *health belief model* terhadap pengetahuan pencegahan risiko komplikasi hipertensi

adalah pengetahuan pencegahan risiko komplikasi hipertensi. Instrumen penelitian yang digunakan meliputi kuesioner Satuan Acara Penyuluhan (SAP) yang berisi materi tentang penyakit hipertensi. Kuesioner pengetahuan menggunakan alat ukur skala Gutman yang terdiri atas 20 pertanyaan dengan kategori baik jika skornya berada dalam rentang 76-100%, cukup jika skornya berada dalam rentang 56-75%, dan buruk jika skornya ≤ 55 . Media lain yang digunakan yaitu LCD dan *leaflet*. Alat ukur kuesioner dilakukan uji validitas dengan hasil r hitung $> r$ tabel (0.1689), sehingga semua item dalam pertanyaan dinyatakan dan nilai cronbach's alpha sebesar ≥ 0.70 .

Dalam mengumpulkan data penelitian, peneliti menggunakan data primer dan sekunder. Data primer tersebut terdiri dari berbagai informasi, termasuk usia, alamat tempat tinggal, jenis kelamin, pekerjaan, tingkat pendidikan terakhir, dan durasi menderita hipertensi yang diperoleh melalui wawancara

langsung. Kelompok intervensi diberikan pendidikan kesehatan mengenai penyakit hipertensi dilengkapi adanya *leaflet*, dilanjutkan senam hipertensi dan diberikan *post-test* dua hari setelahnya. Pada kelompok kontrol dilakukan pemeriksaan tekanan darah, bagi penderita tekanan darah yang tinggi akan dilakukan pengkajian terkait tingkat pengetahuannya melalui *pretest* dan menjawab pertanyaan sesuai dengan kuesioner yang telah disediakan, dilanjutkan pengisian *post-test* setelah 2 hari.

Pengolahan data terdiri dari dua jenis analisis, yaitu univariat untuk menggambarkan karakteristik peserta dan bivariat untuk mengkaji hubungan antara dua variabel melalui *paired sample t-test*. Studi ini telah mendapat persetujuan etis dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK), Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan nomor: 463/KEPK-FIK/VIII/2024.

Nadya Putri Berliana Fatati Yusuf, Arina Maliya*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Korespondensi penulis: Arina Maliya. *Email: am169@ums.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i12.496>

HASIL**Tabel 1. Distribusi Demografi Karakteristik Partisipan (N=84)**

Variabel	Kelompok	
	Intervensi	Kontrol
Umur (n/%) (Mean±SD)(Rentang)(Tahun)	(56.19±0.492) (46-65)	(45.12 ± 0.630)(36-65)
36-45	0/0	27/64.3
46-55	16/38.1	12/28.6
56-65	26/61.9	3/7.1
Jenis Kelamin (n/%)		
Laki-laki	17/40.5	17/40.5
Perempuan	25/59.5	25/59.5
Pendidikan terakhir (n/%)		
SD	15/35.7	23/54.8
SMP	9/21.4	6/14.3
SMA	7/16.7	9/21.4
Perguruan Tinggi	11/26.2	4/9.5
Pekerjaan (n/%)		
Pegawai Negri	8/19	5/11.9
Wiraswasta/Wirusaha	8/19	7/16.7
Buruh	6/14.3	10/23.8
Petani	8/19	8/19
Ibu Rumah Tangga	12/28.6	12/28.6
Lama Menderita Hipertensi (n/%) (Tahun)		
0-1	15/35.7	22/52.3
2-3	13/31.0	13/31.0
4-5	14/33.3	7/16.7

Berdasarkan Tabel 1. menunjukkan bahwa rata-rata usia kelompok intervensi 56.19 tahun dengan nilai standar deviasi 0.492, mayoritas pada rentang usia 56-65 tahun (61.9%), sedangkan rata-rata usia kelompok kontrol 45.12 tahun dengan nilai standar deviasi 0.630, mayoritas pada rentang usia 36-45 tahun (64.3%). Sebagian besar partisipan dalam kedua kelompok berjenis kelamin perempuan (59.5%). Mayoritas pendidikan yang ditempuh pada kedua kelompok hanya menamatkan SD, kelompok intervensi sebanyak 15 partisipan (35.7%) dan kelompok kontrol sebanyak 23 partisipan (54.8%). Pada umumnya partisipan pada kedua kelompok bekerja sebagai ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 12 (28.6%). Sebagian besar partisipan dalam kedua kelompok menderita hipertensi dalam rentang waktu 0-1 tahun dengan proporsi yang lebih tinggi pada kelompok kontrol, yaitu sebesar 52.4%, dibandingkan dengan kelompok intervensi yang mencatatkan angka sebesar 35.7%.

Nadya Putri Berliana Fatati Yusuf, Arina Maliya*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Korespondensi penulis: Arina Maliya. *Email: am169@ums.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i12.496>

Tabel 2. Distribusi Klasifikasi Tingkat Pengetahuan tentang Risiko Komplikasi Hipertensi (N=84)

Kategori	Kelompok			
	Intervensi (n=42)		Kontrol (n=42)	
	Pre-test	Post-test	Pre-test	Post-test
Tingkat pengetahuan (n/%)				
Buruk	30/71.4	0/0	31/73.8	28/66.6
Cukup	12/28.6	12/28.6	11/26.2	12/28.6
Baik	0/0	30/71.4	0/0	2/4.8

Berdasarkan Tabel 2. klasifikasi pemahaman mengenai risiko komplikasi hipertensi *pre-post test* pada kedua kelompok. Pada *pre-test* kelompok intervensi menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan berada dalam kategori pengetahuan yang buruk sebanyak 30 (71.4%). Namun, setelah diterapkan intervensi *health belief model*, hasil *post-test* menunjukkan perubahan yang signifikan, sebanyak 30 partisipan (71.4%) masuk dalam kategori baik. Di sisi lain, pada kelompok kontrol, hasil *pre-test* mengindikasikan bahwa mayoritas partisipan juga berada dalam kategori buruk sebanyak 31 (73.8%). Setelah *post-test* dilakukan, mayoritas partisipan masih bertahan dalam kategori buruk dengan jumlah 28 (66.7%), sementara hanya 2 orang yang berhasil mencapai kategori baik (4.8%).

Tabel 3. Uji Normalitas Distribusi dan Paired Sample T-Test (N=84)

Kelompok	Pre-test			Post-test			Asym. Sig (2-tailed)
	Mean	Sign	Std.Deviation	Mean	Sign	Std.Deviation	
Intervensi	9.26	0.220	3.569	16.60	0.117	2.678	0.001
Kontrol	8.43	0.78	3.186	9.49	0.292	3.582	0.529

Berdasarkan Tabel 3. uji normalitas menunjukkan bahwa data berdistribusi normal, Variabel tingkat pengetahuan risiko komplikasi hipertensi, nilai signifikansi *pre-test* pada kelompok intervensi 0.220 dan nilai signifikansi pada *post-test* 0.117. Begitu juga pada kelompok kontrol didapatkan nilai signifikansi *pre-test* 0.78 dan *post-test* 0.292 Hal ini menunjukkan bahwa data yang diperoleh mengikuti distribusi normal, sehingga pengujian yang tepat untuk digunakan adalah *paired sample t-test*.

Adanya perbedaan yang cukup signifikan antara rata-rata skor *pre-test* dan *post-test* pada kelompok intervensi dari 9.26 dengan standar deviasi 3.569, meningkat menjadi 16.60 dengan standar deviasi 2.678. Nilai asym. Sig (2-tailed) adalah 0.001, mengindikasikan terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah intervensi. Rata-rata tingkat pengetahuan pada kelompok kontrol ketika *pre-test* tercatat sebesar 8.43 dengan standar deviasi 3.186. Ketika *post-test*, nilai rata-ratanya meningkat menjadi 9.40 dengan standar deviasi 3.582. Hasil analisis menunjukkan nilai asymp.sig (2-tailed) sebesar 0.529, mengindikasikan tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat

pengetahuan antara *pre-test* dan *post-test* pada kelompok Kontrol (> 0.005)

PEMBAHASAN

Hipertensi adalah suatu keadaan medis ketika tekanan darah individu melebihi tingkat normal yang seharusnya. Keadaan ini ditandai oleh tekanan darah sistolik yang mencapai atau melebihi 140 mmHg serta tekanan darah diastolik yang dapat mencapai ≥ 90 mmHg. Jika kondisi ini tidak ditangani dengan tepat, hipertensi dapat berkontribusi pada meningkatnya risiko berbagai komplikasi kesehatan yang serius (World Health Organization, 2023). Penyakit hipertensi disebut sebagai penyakit degeneratif, sebab tidak dapat berpindah atau menyebar dari satu individu ke individu lainnya. Oleh karena itu, dikenal sebagai *the killer of silent* atau pembunuh gelap. Meski banyak yang beranggapan bahwa hipertensi hanya menyerang lansia, namun kenyataannya siapapun bisa terkena penyakit ini, maka penyakit ini disebut dengan *heterogenous group of disease*. Penyakit hipertensi apabila tidak dicegah dengan baik, maka dapat menimbulkan risiko komplikasi, seperti disfungsi ginjal,

Nadya Putri Berliana Fatati Yusuf, Arina Maliya*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Korespondensi penulis: Arina Maliya. *Email: am169@ums.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i12.496>

Edukasi berbasis teori *health belief model* terhadap pengetahuan pencegahan risiko komplikasi hipertensi

penyakit kardiovaskular, serangan pada otak, dan kerusakan pada mata (Supriyono, 2019).

Pencegahan penyakit hipertensi sangat penting untuk mengurangi risiko komplikasi, sehingga perlu diberikan edukasi kesehatan yang didasarkan pada teori *health belief model*. Riset ini melibatkan dua kelompok yang menjadi subjek penelitian, yakni kelompok intervensi dan kelompok kontrol, di mana masing-masing kelompok terdiri dari 42 peserta. Kelompok intervensi menerima program edukasi kesehatan yang berlandaskan pada teori model keyakinan kesehatan, sedangkan kelompok kontrol tidak menerima jenis intervensi apapun.

Tingkat pengetahuan mengenai pencegahan risiko komplikasi hipertensi pada kelompok intervensi saat *pretest* menunjukkan bahwa partisipan berada pada kategori dengan tingkat pengetahuan yang buruk, yakni sebanyak 30 partisipan (71.4%). Namun, setelah diberikan intervensi edukasi kesehatan berbasis teori *health belief model*, pengetahuan partisipan berubah ke dalam kategori baik, yaitu sebanyak 30 partisipan (71.4%). Ketika *pre-test* banyak partisipan yang masih kurang memahami cara pencegahan risiko komplikasi hipertensi, khususnya terkait pola makan dan aktivitas fisik. Pencegahan pola makan dapat dilakukan dengan melakukan diet DASH yaitu dengan mengurangi konsumsi garam, makanan berminyak, mengonsumsi beragam sayuran dan buah-buahan segar, diikuti dengan menghindari makanan siap saji sangat penting untuk menjaga kesehatan (He, Tan, Ma, & MacGregor, 2020). Aktivitas fisik dapat memberikan manfaat untuk mencegah timbulnya penyakit kardiovaskular dan risiko kematian. Melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit perhari dapat menurunkan lemak tak jenuh, meningkatkan massa jenuh serta mencegah beberapa penyakit penyerta obesitas. Kurangnya melakukan aktivitas fisik dapat mengakibatkan penyempitan pada pembuluh darah, sehingga menyebabkan terjadinya perubahan pada kardiovaskular dan denyut jantung akan cenderung meningkat. Selain itu, jantung harus bekerja lebih keras saat berkontraksi, sehingga meningkatkan tekanan pada arteri (Ardiani, Farapti, & Isaura, 2023). Hal ini sejalan dengan riset sebelumnya yang menyebutkan bahwa, semakin besar seseorang melakukan aktivitas fisik, maka akan semakin kecil seseorang terkena komplikasi hipertensi (Indriani, Djannah, & Ruliyandari, 2023).

Pada kelompok kontrol, tingkat pengetahuan partisipan tentang risiko komplikasi ketika *pre-test* masuk kategori buruk sebanyak 31 (73.8%). Ketika *post-test* tingkat pengetahuan partisipan tetap berada kategori buruk sebanyak 28 (66.7%). Hal ini

menunjukkan bahwa tanpa diberikan intervensi apapun, pengetahuan partisipan dalam kelompok kontrol tidak mengalami peningkatan yang signifikan. Situasi ini mengindikasikan perlunya pemberian penyuluhan untuk memperluas pemahaman terkait risiko komplikasi hipertensi. Pengetahuan tentang penyakit hipertensi dapat mendorong seseorang untuk menjalankan pola hidup yang sehat, sehingga dapat menghindari terjadinya komplikasi (Paczowska, Hoffmann, Kus, Kopciuch, Zaprutko, Ratajczak, & Bryl, 2021).

Dampak edukasi berbasis *health belief model* terhadap pengetahuan mengenai risiko komplikasi hipertensi, menunjukkan bahwa *p-value* antara kelompok intervensi dan kontrol berbeda secara signifikan. Pada kelompok intervensi, *p-value* yang diperoleh adalah 0.001 (<0.05), menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan dalam pengetahuan partisipan antara *pre* dan *pos-test*. Sebaliknya, kelompok kontrol menunjukkan *p-value* sebesar 0.529 (>0.05), menandakan bahwa tidak ada perbedaan pengetahuan antara kondisi *pre* dan *post-test*. Temuan dari penelitian ini memberikan bukti bahwa intervensi edukasi yang berbasis *health belief model* dapat meningkatkan pengetahuan partisipan secara signifikan. Hasil ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang juga menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara kelompok yang menerima intervensi dan kontrol (Azadi, Ziapour, Lebni, Irandoost, Abbas, & Chaboksavar, 2021). Selain itu, hasil penelitian lainnya menunjukkan penerapan edukasi yang berlandaskan pada *health belief model* dapat meningkatkan pemahaman partisipan, membantu mengontrol tekanan darah, dan memperkuat keyakinan partisipan tentang kesehatan pribadi (Wang, Chen, Shen, & Wang, 2024).

Implikasi penelitian ini membuktikan bahwa edukasi dapat menambah pemahaman terkait pencegahan risiko komplikasi hipertensi. Hal ini dapat dilihat dari hasil rata-rata yang diperoleh oleh kelompok intervensi setelah mereka menerima edukasi dan informasi. Edukasi dapat memberikan peranan yang penting dalam meningkatkan pengetahuan partisipan untuk mengontrol tekanan darah dan kepatuhan untuk modifikasi pola hidup menjadi pola hidup yang sehat (Tam, Wong, & Cheung 2020). Di sisi lain, partisipan di kelompok kontrol yang memiliki pengetahuan yang buruk terkait risiko komplikasi hipertensi, sehingga diperlukan program edukasi yang berfokus pada pengetahuan penyakit hipertensi (Almomani, Akhu-Zahaya, Alsayyed, & Alloubani, 2022).

Pengetahuan diperoleh melalui upaya untuk mendapatkan informasi, mengubah dari keadaan tidak mengetahui menjadi memahami, serta dari

Nadya Putri Berliana Fatati Yusuf, Arina Maliya*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Korespondensi penulis: Arina Maliya. *Email: am169@ums.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i12.496>

Edukasi berbasis teori *health belief model* terhadap pengetahuan pencegahan risiko komplikasi hipertensi

ketidakmampuan beralih menjadi mampu. Proses ini dapat dilakukan dengan menerapkan berbagai metode, baik melalui pendidikan formal maupun pengalaman sehari-hari (Ridwan, Syukri, & Badarussyamsi, 2021). Pendidikan tidak hanya berpengaruh pada pemahaman individu, melainkan memengaruhi kapasitas untuk memahami dan mengolah berbagai informasi (Fahriah, 2021). Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini mayoritas memiliki pendidikan setara dengan sekolah dasar. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung mempermudah individu dalam menyerap berbagai informasi, yang pada gilirannya akan meningkatkan pengetahuan mereka. Di sisi lain, pendidikan yang rendah dapat menjadi hambatan bagi kemampuan seseorang untuk menerima informasi dan nilai-nilai baru (Rejo & Nurhayati, 2021). Pengetahuan terkait dengan hipertensi memiliki peran yang penting dalam meningkatkan kesehatan penderita hipertensi. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pengetahuan berperan positif dalam membantu masyarakat memahami penyakit hipertensi (Chayati, Marwanti, Ats-tsaqib, & Munarji, 2023).

SIMPULAN

Intervensi edukasi berbasis *health belief model* menunjukkan efektivitas dalam meningkatkan pengetahuan tentang penanganan hipertensi dan pencegahan risiko komplikasi. Edukasi kesehatan semacam ini dapat dijadikan strategi yang efektif untuk mengurangi angka kejadian komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup penderita hipertensi.

SARAN

Penelitian selanjutnya dapat mengembangkan variabel sikap pencegahan dan perilaku pencegahan risiko komplikasi hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Almomani, M. H., Akhu-Zaheya, L., Alsayyed, M., & Alloubani, A. (2022). Public's Knowledge of Hypertension and its Associated Factors: A Cross-Sectional Study. *The Open Nursing Journal*, 16(1).
- Alshammari, S. A., Alajmi, A. N., Albarrak, R. A., Alaqil, A. B., Alsaeed, G. K., Alzayed, M. Z., & Baqar, J. B. (2021). Quality of life and awareness of hypertension among hypertensive patients in Saudi Arabia. *Cureus*, 13(5).

- Ardiani, S. D., Farapti, F., & Isaura, E. R. (2023). Association between Physical Activity Frequency and Hypertension Incidence among Indonesian Adults based on Indonesian Family Life Survey Wave 4 and 5. *Journal of Public Health for Tropical and Coastal Region*, 6(3), 91-98.

- Azadi, N. A., Ziapour, A., Lebni, J. Y., Irandoost, S. F., Abbas, J., & Chaboksavar, F. (2021). The effect of education based on health belief model on promoting preventive behaviors of hypertensive disease in staff of the Iran University of Medical Sciences. *Archives of Public Health*, 79(1), 69.

- Chayati, N., Marwanti, M., Sejahtera, D. P., Ats-tsaqib, M. B. I., & Munarji, R. P. (2023). Identifikasi Nilai Indeks Massa Tubuh, Lingkar Perut, dan Konsumsi Buah Sayur sebagai Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular. *Media Karya Kesehatan*, 6(1).

- Dinas Kesehatan Sukoharjo. (2022). Profil Kesehatan Kabupaten Sukoharjo. Diakses dari: <https://dkk.sukoharjokab.go.id/pages/profil-tahun-2022>

- Dinita, F. A., & Maliya, A. (2024). Edukasi terhadap Sikap Upaya Pencegahan Komplikasi pada Penderita Hipertensi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 6(1), 192-199.

- Fahriah, K. (2021). *Hubungan Tingkat Pendidikan, Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Pencegahan Penyakit Hipertensi Pada Usia Produktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Melati Kuala Kapuas Tahun 2021* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Kalimantan MAB).

- He, F. J., Tan, M., Ma, Y., & MacGregor, G. A. (2020). Salt reduction to prevent hypertension and cardiovascular disease: JACC state-of-the-art review. *Journal of the American College of Cardiology*, 75(6), 632-647.

- Indriani, M. H., Djannah, S. N., & Ruliyandari, R. (2023). Pengaruh aktivitas fisik terhadap kejadian hipertensi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Terkini*, 18(4), 1-5.

Nadya Putri Berliana Fatati Yusuf, Arina Maliya*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Korespondensi penulis: Arina Maliya. *Email: am169@ums.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i12.496>

Edukasi berbasis teori *health belief model* terhadap pengetahuan pencegahan risiko komplikasi hipertensi

- Kaur, P. (2019). Application of Health Belief Model on Factors Contributing To Relapse, Failure and Loss To Follow Up in Tuberculosis Patients. *International Journal of Advanced Research*, 7(6), 01–10.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemkes.Go.Id*. Diakses dari: <https://www.kemkes.go.id/id/profil-kesehatan-indonesia-2021>
- Kristinawati, B., Khasanah, R. N., & Rahmawati, S. (2020). Health education to improve the compliance of low salt diets in patients with hypertension. *Epidemiology and Society Health Review*, 2(2), 61.
- Paczkowska, A., Hoffmann, K., Kus, K., Kopciuch, D., Zaprutko, T., Ratajczak, P., & Bryl, W. (2021). Impact of patient knowledge on hypertension treatment adherence and efficacy: A single-centre study in Poland. *International journal of medical sciences*, 18(3), 852.
- Rejo, R., & Nurhayati, I. (2021). Hubungan tingkat pengetahuan keluarga tentang hipertensi dengan klasifikasi hipertensi. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 18(2), 72-80.
- Ridwan, M., Syukri, A., & Badarusyamsi, B. (2021). Studi analisis tentang makna pengetahuan dan ilmu pengetahuan serta jenis dan sumbernya. *Jurnal Geuthèè: Penelitian Multidisiplin*, 4(1), 31-54.
- Sambou, M. L., Bafei, S. E. C., & Bass, P. (2024). Factors associated with knowledge of hypertension risk factors and symptoms among Gambian women: A cross-sectional study based on the Gambia Demographic and Health Survey. *Preventive Medicine Reports*, 42, 102754.
- Suirvi, L., Herlina, H., & Dewi, A. P. (2022). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Berbasis the Health Belief Model Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ners Indonesia*, 12(2), 114-121.
- Supriyono, S. (2019). Analisis faktor-faktor yang berhubungan tekanan darah sistole pada peserta pelatihan manajemen puskesmas. *Jurnal Inspirasi*, 10(1), 32-48.
- Talango, F., & Kusdhiarningsih, B. (2024). Pengaruh Edukasi Konseling Berbasis Teori Health Belief Model Terhadap Pengetahuan Pencegahan Komplikasi Hipertensi di Karanganyar. *Jurnal Keperawatan Sumba (JKS)*, 2(2), 79-90.
- Tam, H. L., Wong, E. M. L., & Cheung, K. (2020). Effectiveness of educational interventions on adherence to lifestyle modifications among hypertensive patients: an integrative review. *International journal of environmental research and public health*, 17(7), 2513.
- Wang, H. M., Chen, Y., Shen, Y. H., & Wang, X. M. (2024). Evaluation of the effects of health education interventions for hypertensive patients based on the health belief model. *World Journal of Clinical Cases*, 12(15), 2578.
- Williams, B., Mancia, G., Spiering, W., Rosei, E. A., Azizi, M., Burnier, M., & Desormais, I. (2019). 2018 ESC/ESH Guidelines for the management of arterial hypertension. *Polish Heart Journal (Kardiologia Polska)*, 77(2), 71-159.
- World Health Organization. (2023). *Hypertension*. Diakses dari: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>

Nadya Putri Berliana Fatati Yusuf, Arina Maliya*

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Korespondensi penulis: Arina Maliya. *Email: am169@ums.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i12.496>