

**PENGENDALIAN HIPERTENSI DALAM PEMANFAATAN SUMBER  
LITERASI KESEHATAN DI PUSKESMAS SIMPANG TIGA KOTA  
PEKANBARU PROVINSI RIAU**

**Febri Masfalah<sup>(1)</sup>, Bayu Saputra<sup>(2)\*</sup>, Lita<sup>(3)</sup>**

<sup>(1)(2)(3)</sup> Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Hang Tuah  
Pekanbaru

\*corresponding author : [bayusaputra@htp.ac.id](mailto:bayusaputra@htp.ac.id)

**ABSTRAK**

Hipertensi, salah satu penyakit tidak menular, merupakan penyebab utama kematian prematur di seluruh dunia. Untuk mengendalikan hipertensi, upaya pengelolaan diri dan perubahan gaya hidup diperlukan, seperti mengatur pola makan, beristirahat yang cukup, berolahraga, dan mengonsumsi obat secara teratur (meskipun penyakit hipertensi tidak bisa disembuhkan, namun bisa dikendalikan). Pemanfaatan literasi kesehatan dapat meningkatkan pemahaman dan sikap menjaga kesehatan diri seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran tentang upaya pengendalian hipertensi melalui pemanfaatan sumber literasi kesehatan di Puskesmas Simpang Tiga, Kota Pekanbaru, Provinsi Riau. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei deskriptif sederhana. Jumlah sampel *dalam penelitian ini adalah 95 responden yang dipilih dengan teknik purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner yang telah diuji validitasnya. Data yang diperoleh dianalisis secara univariat, termasuk usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, pemanfaatan sumber literasi kesehatan, dan upaya pengendalian hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata usia responden berada di rentang 54-66 tahun, sebanyak 59 orang (62,1%) adalah perempuan. Mayoritas responden memiliki pendidikan SMA (50 orang atau 52,6%) dan sebanyak 66 orang (69,5%) tidak bekerja. Sebanyak 85 orang (89,5%) penderita hipertensi telah melakukan upaya pengendalian hipertensi dengan baik, sementara 80 orang (84,2%) memanfaatkan sumber literasi kesehatan yang diperoleh dari petugas puskesmas. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan informasi yang penting bagi penderita hipertensi mengenai pentingnya upaya pengendalian hipertensi.

**Kata kunci :** Upaya Pengendalian, Hipertensi, Pemanfaatan Sumber Literasi Kesehatan.

**ABSTRACT**

*Hypertension is not an infectious disease but is one of the causes of premature death worldwide. The effort in hypertension control is done through self-management or the change of lifestyle of the patients, such as dieting, resting, exercising, and taking the medication regularly (hypertension cannot be cured but can be controlled). Utilizing health literacies can increase one's ability to understand and maintain attitudes toward caring for his health. This research intended to figure out the picture of the efforts in hypertension control by utilizing the health literacy sources in the health center (puskesmas) of Simpang Tiga, Pekanbaru City, Riau province. This research employed a quantitative study with a simple descriptive survey. The total sample was 95 respondents chosen by purposive sampling technique. The data in this*

*research was collected by a questionnaire that passed the validity test. The data analysis was univariate. Univariate tests were age, gender, education, job, and the utilization of health literacy sources to control hypertension. The result of the research showed that the average age was 54-66 years old; 59 respondents (62,1%) were female; people with SMA/senior high school education background were 50 respondents (52,6%); the unemployed people were 66 respondents (69,5%); the effort in hypertension control was performed by 85 respondents (89,5%) of patients with hypertension; and patients who utilize health literacy sources obtained from health center workers were 80 respondents (84,2%). This research is expected to inform patients with hypertension about the importance of the effort in hypertension control.*

**Keywords:** *Control efforts, Hypertension, utilization of health literacy*

## **PENDAHULUAN**

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang serius di seluruh dunia. Tingginya tekanan darah dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan kerusakan pada pembuluh darah dan organ-organ tubuh lainnya. Menurut laporan *World Health Organization* (WHO), hipertensi adalah penyebab utama kematian prematur di dunia. Data dari tahun 2016 menunjukkan bahwa penyakit jantung iskemik dan stroke menjadi penyebab kematian terbanyak di dunia. Faktanya, hipertensi juga merupakan salah satu faktor risiko utama untuk terjadinya penyakit-penyakit tersebut. (Tail & Blandina, 2019); (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan Riset kesehatan Dasar (2018) Hipertensi merupakan masalah yang tersebar hampir di seluruh Provinsi di Indonesia. Prevalensi tertinggi hipertensi tercatat di Provinsi DKI Jakarta dengan tingkat sebesar 13,4%, diikuti oleh Kalimantan Selatan dengan tingkat 13,3%, dan Sulawesi Barat dengan tingkat 12,3%. Provinsi Kalimantan Selatan memiliki frekuensi tertinggi dengan persentase sebesar 44,13%, disusul oleh Jawa Barat (39,6%), Kalimantan Timur (39,3%), Papua Barat (34,5%), dan Riau (45,8%).

Angka hipertensi terendah adalah 22,2 persen di Provinsi Papua, diikuti 24,65% di Maluku Utara dan 25,16% di Sumatera Barat. Pada periode 2013-2018, hampir semua provinsi mengalami peningkatan prevalensi. Terdapat beberapa provinsi dengan peningkatan prevalensi tertinggi yaitu DKI Jakarta, Kalimantan Selatan, Jawa Barat, Kalimantan Timur dan Pekanbaru untuk di Pekanbaru sendiri Puskesmas Simpang Tiga merupakan Puskesmas tertinggi untuk penderita hipertensi (Kemenkes RI, 2020).

Hasil dari penelitian tentang pengendalian hipertensi dari Kuba, Nusawakan, & Putra, 2021, Upaya promotif, preventif, dan pengendalian hipertensi telah dilakukan melalui berbagai kegiatan, termasuk penyuluhan kepada masyarakat tentang hipertensi, deteksi dini, kemitraan, dan pemberdayaan masyarakat. Namun, data kuantitatif menunjukkan adanya justifikasi terhadap upaya tersebut. Sebanyak 64% masyarakat tidak mengetahui adanya program pencegahan hipertensi yang dilaksanakan oleh Puskesmas. Selain itu, sebanyak 76% masyarakat juga tidak memahami program pencegahan hipertensi, dan sekitar 67% masyarakat tidak mengikuti

kegiatan penyuluhan. Terdapat juga sekitar 65% masyarakat yang tidak menerima brosur dan leaflet terkait hipertensi (Kemenkes RI, 2019).

Literasi kesehatan merupakan hal yang penting dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat mengenai kesehatan. Instansi kesehatan, seperti Promotor dan Pendidik Kesehatan Masyarakat Indonesia (PPKMI) Sulawesi Tenggara, memiliki peran yang signifikan dalam melakukan upaya peningkatan literasi kesehatan di masyarakat. (Kemenkes RI, 2019).

Kemampuan mengakses, pengetahuan, pemahaman, dan pengambilan keputusan terkait literasi kesehatan merupakan faktor-faktor yang memengaruhi perubahan perilaku kesehatan seseorang. Tingkat literasi kesehatan setiap individu dapat ditentukan oleh empat faktor tersebut. Berdasarkan analisis data primer, ditemukan bahwa 238 responden (61,5%) menyatakan bahwa mereka memiliki akses yang baik terhadap informasi kesehatan. Dari jumlah tersebut, 149 responden (38,5%) melaporkan bahwa mereka mengakses informasi tersebut setidaknya sekali sebulan. Media sosial (87,1%) dan website (50,6%) menjadi sumber informasi yang paling sering diakses, dengan berbagai bentuk media seperti blog/artikel (68,7%), foto/gambar (57,6%), dan video (50,1%). Dalam hal pengetahuan, sebanyak 214 responden (55,3%) masuk dalam kategori pengetahuan yang baik. Sedangkan dalam hal pemahaman, sebanyak 179 responden (46,3%) masuk dalam

kategori pemahaman yang baik terhadap informasi kesehatan. Selanjutnya, dari total 387 responden, sebanyak 197 (50,9%) mampu mengevaluasi dan mengambil keputusan berdasarkan informasi kesehatan yang mereka peroleh. Hal ini menunjukkan adanya potensi untuk meningkatkan literasi kesehatan dan memengaruhi perubahan perilaku Kesehatan (Kemenkes RI, 2019).

Penelitian ini diperkuat oleh peneliti dengan melakukan studi pendahuluan di puskesmas simpang tiga pada tanggal 21 Februari 2022, kepada pihak pemegang program pandu PTM, Puskesmas simpang tiga merupakan salah satu puskesmas pelayanan terpadu (pandu) penyakit tidak menular (PTM) pelaksana melalui wawancara dengan penanggung jawab pandu PTM didapatkan kendala dalam melakukan upaya promotif, preventif dan pengendalian hipertensi selama masa pandemi COVID-19, adanya batasan kunjungan pasien untuk menerapkan protokol kesehatan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan di Puskesmas Simpang Tiga tahun 2021 data tertinggi yaitu pada pasien hipertensi dengan jumlah 1950 orang. Peneliti sudah melakukan wawancara kepada 5 penderita dengan hipertensi mengenai pengetahuan penderita tentang sumber literasi kesehatan bahwa sebanyak 2 orang mengatakan sudah mendapatkan informasi tentang hipertensi melalui petugas puskesmas atau tenaga kesehatan lainnya dan sebanyak 3 orang lain mengatakan tidak mengetahui dan tidak mencari tau informasi tentang hipertensi, sebanyak 2 orang mereka mengatakan mengurangi mengkonsumsi makanan yang berlemak dan mengurangi mengkonsumsi garam yang berlebihan, sedangkan 3 orang lain

mengatakan makan-makanan tanpa ada pantangan seperti makan berlemak, sering mengkonsumsi garam yang berlebihan.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif sederhana. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan juli sampai agustus di puskesmas simpang tiga kota Pekanbaru yang berada pada Kecamatan Marpoyan Damai dengan populasi seluruh penderita hipertensi di puskesmas simpang tiga kota Pekanbaru.

Pengambilan sampel dengan 95 responden dari populasi dilakukan dengan teknik *Non Probability Sampling* dengan jenis yang digunakan *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner upaya pengendalian hipertensi dan pemanfaatan sumber literasi kesehatan Instrumen lembar kuesioner yang diadopsi dari penelitian sebelumnya oleh (Kemenkes RI, 2019). Kuesioner telah diuji validitas dan reliabilitasnya dengan 20 responden yang berbeda dari responden, yang dilakukan di tempat yang sama dengan penelitian. Hasil pengujian didapatkan nilai uji validitas angket berkisar antara 0,447 sampai dengan 0,724 (kuesioner valid) dan hasil uji reliabilitas diperoleh nilai cronbach alpha sebesar 0,854 (kuesioner reliable). Kemudian data yang diperoleh dianalisis secara univariat menggunakan distribusi frekuensi. Penelitian ini juga telah lolos uji etik Komisi Etik Riset Kesehatan Univeristas Hang Tuah Pekanbaru dengan nomor 460/KEPK/STIKes-HTP/VII/2022.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

Berdasarkan kuesioner yang telah dikumpulkan dari 95 responden yang diteliti, diperoleh data demografi dari responden yaitu umur, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan.

**Tabel 1. Distribusi frekuensi umur responden**

Umur	N	Range	Mi	Max	Mean	Std. Deviation
	95	41	30	71	54,66	11,177

Berdasarkan table 1 menunjukkan hasil mayoritas umur pada penderita hipertensi, rata-rata umur penderita hipertensi dipuskesmas simpang tiga adalah 54,66 tahun. Usia terendah penderita hipertensi adalah 30 tahun sedangkan yang tertinggi adalah usia 71 tahun.

**Tabel 2. Distribusi frekuensi Jenis Kelamin, Pendidikan dan Pekerjaan responden**

No	Variable	Frekuensi (%)
1.	Jenis Kelamin	
	Laki-laki	36 (37,9)
	Perempuan	59 (62,1)
2.	Pendidikan	
	SD	6 (6,3)
	SMP	21 (22,1)
	SMA	50 (52,6)
	Perguruan Tinggi	18 (18,9)
3.	Pekerjaan	
	Bekerja	29 (30,5)
	Tidak Bekerja	66 (69,5)

Table 2 menunjukkan hasil mayoritas responden pada penelitian ini

pasien hipertensi di Puskesmas Simpang Tiga terbanyak berjenis kelamin perempuan yaitu 59 orang (62,1%), pendidikan penderita hipertensi terbanyak adalah kategori SMA dengan jumlah 50 orang (52,6%), dan pada karakteristik pekerjaan penderita hipertensi mayoritas pekerjaan penderita hipertensi adalah tidak bekerja yaitu sebanyak 66 (69,5%).

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Gambaran Upaya Pengendalian Hipertensi**

No	Upaya Pengendalian Hipertensi	frekuensi	%
1.	Baik	85	89,5
2.	Kurang Baik	10	10,5
	Total	95	100,0

Table 3 menunjukkan hasil mayoritas bahwa upaya pengendalian hipertensi yang dilakukan penderita hipertensi yaitu baik sebanyak 85 orang (89,5%) dan sedangkan yang tidak baik sebanyak 10 orang (10,5%)

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Gambaran Pemanfaatan Sumber Literasi Kesehatan**

No	Sumber literasi kesehatan	frekuensi	%
1.	Televisi	1	1,1
2.	Internet	14	14,7
3.	Petugas Puskesmas	80	84,2

mas	Total	95	100,0
-----	-------	----	-------

Table 4 menunjukkan hasil mayoritas bahwa pemanfaatan sumber literasi kesehatan yang dialami pada penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Tiga terbanyak yaitu petugas puskesmas dengan 80 orang (84,2%).

## PEMBAHASAN

### Karakteristik

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di puskesmas simpang tiga didapatkan bahwa dari 95 responden hipertensi yaitu dengan rata-rata umur 54,66 tahun. Penelitian ini menggambarkan upaya pengendalian hipertensi yang dilakukan penderita hipertensi lebih banyak dilakukan oleh usia dewasa akhir atau lansia awal.

Menurut (Kemenkes RI, 2019), tekanan darah memang cenderung meningkat seiring dengan bertambahnya usia seseorang. Hal ini disebabkan oleh proses degenerasi yang terjadi pada tubuh seiring dengan penuaan.

Menurut penelitian (Kemenkes RI, 2019) juga menunjukkan bahwa tingkat literasi kesehatan secara signifikan dipengaruhi oleh faktor usia, tingkat pendidikan, dan tingkat penghasilan keluarga, namun tidak dipengaruhi oleh status pekerjaan. Dalam penelitian ini, pasien hipertensi yang berusia dewasa (45-55 tahun) memiliki tingkat literasi kesehatan yang lebih baik dari mereka yang berusia lanjut (lebih dari 55 tahun).

Hipertensi dapat terjadi pada pria maupun wanita, meskipun terdapat faktor-faktor tertentu yang dapat meningkatkan risiko hipertensi pada

wanita, seperti penurunan kadar estrogen setelah menopause.

Menurut penelitian Nurimah (2018) berpendapat bahwa usia 66-75 tahun menjadi salah satu pemicu hipertensi. Tekanan darah usia tersebut akan cenderung tinggi sehingga lansia lebih besar berisiko terkena hipertensi. Bertambahnya umur mengakibatkan tekanan darah meningkat, Hal ini terjadi karena pada usia tersebut arteri besar kehilangan kelenturannya dan menjadi kaku karena itu darah pada setiap denyut jantung dipaksa untuk melalui pembuluh darah yang sempit daripada biasanya dan menyebabkan naiknya tekanan darah (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan uraian diatas menurut peneliti usia di puskesmas simpang tiga pada penderita hipertensi peneliti menyimpulkan bahwa mayoritas penderita hipertensi lebih banyak usia dewasa akhir atau usia lansia awal.

Hasil penelitian yang dilakukan di puskesmas simpang tiga didapatkan bahwa 95 pasien hipertensi yang melakukan penanganan pada penderita hipertensi lebih banyak perempuan yaitu sebanyak 59 orang (62,1%).

(Kemenkes RI, 2019) Risiko hipertensi pada perempuan, terutama setelah menopause, dapat lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Hormon estrogen memiliki efek protektif terhadap pembuluh darah dan dapat membantu menjaga elastisitas pembuluh darah.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yulandari & Saputra, n.d.) Penelitian yang menunjukkan bahwa kejadian hipertensi lebih tinggi pada perempuan,

terutama pada periode menopause, mengindikasikan pentingnya faktor hormon dalam perkembangan penyakit ini.

Berdasarkan hasil penelitian pada karakteristik pendidikan terakhir, penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan terakhir responden terbanyak adalah SMA dengan jumlah 50 orang (52,6%) yang berarti sebagian besar responden masuk kedalam kategori pendidikan menengah. Pendidikan diperlukan untuk mendapatkan informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup.

Menurut (Dewi et al., 2022), pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk berperan serta dalam pembangunan, pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan (Kemenkes RI, 2019), bahwa pendidikan menjadi indikator utama pengetahuan yang dimiliki pasien mengenai kondisi penyakit. Persentase secara keseluruhan pasien berpendidikan ditemukan tinggi dalam penelitian ini.

Dengan demikian literasi dapat dianggap sebagai petunjuk untuk mengontrol tekanan darah karena orang yang berpendidikan mampu memahami komplikasi dengan lebih efektif. Ini menunjukkan bahwa pendidikan menjadi salah satu faktor penting dalam mempengaruhi pengetahuan seseorang, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka pengetahuannya akan semakin baik, sehingga dapat berakibat

pada mempertahankan dan meningkatkan kesehatannya.

Hasil penelitian menurut (Kemenkes RI, 2019), Tingkat pendidikan memainkan peran penting dalam tingkat literasi kesehatan seseorang. Penelitian menunjukkan bahwa individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat literasi kesehatan yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang memiliki tingkat pendidikan yang lebih rendah. Pendidikan dapat memberikan individu dengan keterampilan membaca, menulis, dan memahami informasi kesehatan yang kompleks.

Berdasarkan uraian diatas menurut peneliti usia di puskesmas simpang tiga pada penderita hipertensi peneliti menyimpulkan bahwa mayoritas penderita hipertensi lebih banyak usia dewasa akhir atau usia lansia awal.

Hasil penelitian yang dilakukan di puskesmas simpang tiga didapatkan bahwa 95 responden hipertensi yang melakukan penanganan pada penderita hipertensi lebih banyak perempuan yaitu sebanyak 59 orang (62,1%).

Berdasarkan hasil penelitian pada karakteristik pekerjaan, penelitian ini menunjukkan bahwa pekerjaan responden terbanyak adalah tidak bekerja dengan jumlah 66 orang (69,5%) yang berarti sebagian besar responden masuk kedalam kategori tidak bekerja. Kurangnya aktivitas fisik dapat meningkatkan risiko hipertensi. Ketidakaktifan fisik yang berkelanjutan dapat menyebabkan peningkatan berat badan atau obesitas, yang merupakan salah satu faktor risiko utama untuk

hipertensi. Ketika seseorang kurang beraktivitas fisik, tubuhnya cenderung mengalami penurunan metabolisme basal dan peningkatan penimbunan lemak, terutama di daerah perut. Hal ini dapat menyebabkan peningkatan berat badan dan obesitas, yang kemudian berkontribusi pada perkembangan hipertensi. Selain itu, kurangnya aktivitas fisik juga berhubungan dengan peningkatan denyut jantung dan tekanan arteri. Ketika seseorang tidak cukup bergerak, denyut jantungnya cenderung lebih tinggi bahkan dalam keadaan istirahat (Kemenkes RI, 2019)

Hasil penelitian ini didukung oleh (Kemenkes RI, 2019) Memahami faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan pengobatan adalah penting dalam mengembangkan strategi yang tepat untuk meningkatkan pengendalian hipertensi (Kemenkes RI, 2019).

Status pekerjaan berhubungan dengan perilaku kesehatan yaitu kepatuhan berobat hipertensi, hubungan itu dipengaruhi oleh ketersediaan waktu yang dimiliki, seseorang yang bekerja cenderung tidak memiliki waktu luang untuk datang ke layanan kesehatan yang tersedia (Kemenkes RI, 2019). Berdasarkan uraian diatas dengan mayoritas tidak bekerja pada penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Tiga peneliti menyimpulkan bahwa responden yang tidak bekerja lebih banyak yang patuh untuk berobat hipertensi dibandingkan dengan responden yg berkerja kebalikannya yaitu lebih banyak yang tidak patuh untuk berobat hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh hasil sebagian besar responden

memiliki mayoritas upaya pengendalian hipertensi baik mengenai upaya pengendalian hipertensi dengan frekuensi 85 orang dengan persentase (89,5%).

Menurut penelitian (Kemenkes RI, 2019), Upaya pengendalian hipertensi melalui pelaksanaan indikator-indikator seperti penurunan berat badan, pengurangan asupan garam, berhenti merokok, pengukuran tekanan darah, olahraga, dan manajemen stres sangat penting untuk mencapai kontrol tekanan darah yang baik.

Penurunan berat badan merupakan strategi efektif dalam mengontrol tekanan darah tinggi. Mengurangi asupan garam juga penting karena garam berlebihan dapat meningkatkan tekanan darah. Berhenti merokok juga dianjurkan, karena merokok dapat merusak pembuluh darah dan meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular.

Pengukuran tekanan darah secara teratur penting untuk memantau perubahan tekanan darah dan mengevaluasi efektivitas pengobatan. Melakukan olahraga secara rutin membantu menjaga kesehatan kardiovaskular dan dapat menurunkan tekanan darah.

Manajemen stres juga berperan penting dalam pengendalian hipertensi, karena stres dapat memicu peningkatan tekanan darah. Pengendalian diri dan kecerdasan emosional berperan dalam memotivasi individu untuk melaksanakan langkah-langkah pengendalian hipertensi.

Kemampuan mengenali dan mengelola emosi yang baik dapat

membantu individu mengatasi hambatan dan frustrasi yang mungkin timbul selama proses pengendalian hipertensi (Kemenkes RI, 2019).

Sejalan dengan penelitian ini bahwa hasil penelitian (Kemenkes RI, 2019), menyebutkan bahwa upaya dalam pengendalian hipertensi berada pada kategori baik. Hal ini sesuai dengan penelitian yang menyebutkan bahwa mayoritas perilaku kesehatan responden dalam kategori sikap positif atau baik.

Hasil dari penelitian (Kemenkes RI, 2019) Modifikasi pola makan dan aktivitas fisik adalah dua langkah penting dalam pengendalian hipertensi. Penelitian menunjukkan bahwa adopsi pola makan sehat, seperti mengonsumsi makanan rendah garam, rendah lemak jenuh, dan kaya serat, dapat membantu mengurangi tekanan darah dan risiko hipertensi. Selain itu, meningkatkan aktivitas fisik secara teratur juga dapat memiliki efek positif dalam mengendalikan tekanan darah.

Khususnya pada lansia, pengendalian hipertensi menjadi sangat penting karena tekanan darah yang tinggi dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, dan komplikasi lainnya. Oleh karena itu, penting bagi lansia untuk mengadopsi pola makan sehat, mengurangi konsumsi garam, dan menjaga berat badan yang sehat (Kemenkes RI, 2019).

Aktivitas fisik dapat membantu mengurangi tekanan darah, meningkatkan kebugaran kardiovaskular, dan menjaga berat badan yang sehat. Berolahraga secara teratur seperti jalan cepat, bersepeda, atau berenang dapat menjadi pilihan yang baik. Pemantauan



tekanan darah secara berkala juga sangat penting dalam pengendalian hipertensi. Dengan memantau tekanan darah secara rutin, seseorang dapat mengetahui apakah tekanan darahnya berada dalam rentang normal atau memerlukan penyesuaian pengobatan atau langkah pengendalian lainnya.

Pemantauan yang teratur juga membantu mengidentifikasi perubahan tekanan darah yang mungkin terjadi seiring waktu. Dalam keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa responden telah mengambil langkah-langkah penting dalam pengendalian hipertensi, seperti modifikasi pola makan, aktivitas fisik, dan pemantauan tekanan darah.

Namun, penting untuk tetap menjaga konsistensi dalam melaksanakan tindakan pengendalian tersebut serta mematuhi pengobatan yang direkomendasikan oleh dokter (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan uraian diatas, dapat peneliti simpulkan ketika bahwa berdasarkan hasil analisa responden yang melakukan pemeriksaan hipertensi ke Puskesmas Simpang Tiga Kota Pekanbaru mayoritas adalah memiliki pengetahuan yang baik artinya responden memiliki pengetahuan yang baik mengenai pentingnya melakukan pemeriksaan hipertensi.

Pengetahuan yang baik sangat berpengaruh terhadap kesehatan responden, dan ini berarti responden telah mendapatkan informasi yang baik dari tenaga kesehatan baik dokter, bidan maupun perawat. Sebaliknya responden yang memiliki pengetahuan yang kurang artinya responden tersebut kurang

terpapar informasi yang diterima terutama tentang pentingnya melakukan pemeriksaan hipertensi.

#### Gambaran Pemanfaatan Sumber Literasi Kesehatan

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan 80 orang dengan persentasi (84,2%) sumber literasi kesehatan penderita hipertensi adalah petugas puskesmas.

Dukungan petugas kesehatan dapat berupa pemberian informasi yang komprehensif tentang penyakit hipertensi, termasuk penyebab, gejala, komplikasi potensial, dan cara mengelolanya. Petugas kesehatan juga dapat memberikan penjelasan yang jelas tentang penggunaan obat-obatan, dosis yang tepat, dan pentingnya mengikuti jadwal pengobatan yang direkomendasikan.

Dengan pemahaman yang baik tentang penyakit dan pengobatannya, penderita hipertensi akan lebih mungkin untuk patuh dalam pengobatan mereka. Selain itu, pelayanan yang baik dari petugas kesehatan juga mencakup sikap yang ramah, empati, dan penghormatan terhadap penderita.

Sikap yang positif dari petugas kesehatan dapat membangun hubungan yang baik antara penderita hipertensi dan petugas kesehatan, sehingga penderita merasa nyaman dan termotivasi untuk mengikuti perawatan dan mematuhi anjuran yang diberikan.

Dukungan dari petugas kesehatan yang baik juga dapat meningkatkan kepatuhan penderita hipertensi dalam mengelola tekanan darah mereka. Kepatuhan yang baik dalam pengobatan dan perubahan gaya hidup yang

dianjurkan dapat membantu menjaga tekanan darah tetap dalam rentang normal dan mencegah komplikasi yang berhubungan dengan hipertensi.

Dengan demikian, peran dan dukungan dari petugas kesehatan sangat penting dalam manajemen penyakit hipertensi. Melalui informasi yang akurat, pelayanan yang baik, sikap yang positif, dan penjelasan yang jelas, petugas kesehatan dapat membantu penderita hipertensi dalam mengelola kondisi mereka dengan efektif, mencegah komplikasi, dan meningkatkan kualitas hidup mereka (Kemenkes RI, 2019)

Dalam penelitiannya Puspita, Oktaviarini, & Santik, (2017) Upaya yang telah dilakukan oleh petugas kesehatan dalam meningkatkan kepatuhan pasien hipertensi sangat penting dalam pengendalian penyakit ini. Beberapa upaya yang disebutkan antara lain mensosialisasikan pentingnya menjalani pengobatan secara teratur, melakukan penyuluhan kesehatan mengenai penyakit hipertensi, dan memberikan brosur tentang penyakit hipertensi.

Dalam studi ini, sebagian besar responden menyatakan bahwa mereka menerima pelayanan yang baik dari petugas kesehatan. Pelayanan yang baik ini memiliki dampak positif terhadap perilaku pasien. Sikap ramah dan responsif dari petugas kesehatan, serta memberikan penjelasan yang jelas tentang obat yang diberikan dan pentingnya minum obat secara teratur, merupakan bentuk dukungan yang signifikan dari tenaga kesehatan yang

dapat memengaruhi perilaku kepatuhan pasien.

Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa peran petugas kesehatan yang baik memiliki pengaruh yang lebih besar daripada peran petugas kesehatan yang kurang dalam meningkatkan kepatuhan pasien.

Dukungan yang diberikan oleh petugas kesehatan yang baik menjadi acuan atau referensi bagi pasien dalam mempengaruhi perilaku kepatuhan mereka.

Dengan demikian, penting bagi petugas kesehatan untuk terus memberikan pelayanan yang baik, memberikan informasi yang jelas dan tepat, serta memberikan dukungan yang berkelanjutan kepada pasien hipertensi. Hal ini dapat membantu meningkatkan pemahaman dan motivasi pasien untuk mengikuti pengobatan secara teratur, menjaga gaya hidup sehat, serta mengontrol tekanan darah mereka dengan baik (Kemenkes RI, 2019).

Menurut penelitian (Kemenkes RI, 2019) Kebiasaan akses informasi kesehatan berhubungan erat dengan tingkat literasi kesehatan individu. Kegiatan akses informasi kesehatan mencakup upaya untuk mencari informasi kesehatan terkait penyakit tidak menular melalui berbagai sumber media informasi.

Dapat disimpulkan bahwa semakin sering individu mengakses informasi kesehatan, semakin banyak informasi yang mereka peroleh, dan hal ini berdampak pada peningkatan pengetahuan, pemahaman, dan kemampuan individu dalam mengambil

keputusan serta mengevaluasi informasi kesehatan yang diperoleh.

Kebiasaan akses informasi juga berkaitan dengan sumber dan bentuk media informasi kesehatan yang digunakan. Individu dapat memperoleh informasi kesehatan melalui berbagai sumber seperti media sosial, website, blog/artikel, foto/gambar, dan video. Melalui kebiasaan akses ini, individu dapat mengakses informasi kesehatan dari berbagai sumber yang berbeda, yang dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang penyakit dan upaya kesehatan yang diperlukan.

Penting bagi individu untuk mengembangkan kebiasaan akses informasi kesehatan yang baik dan selektif. Hal ini dapat membantu mereka memperoleh informasi yang akurat, terpercaya, dan relevan dengan kebutuhan kesehatan mereka. Selain itu, individu juga perlu memiliki kemampuan untuk mengevaluasi dan memfilter informasi kesehatan yang mereka dapatkan, sehingga mereka dapat membuat keputusan yang tepat dan bijaksana terkait kesehatan mereka.

Menurut (Kemenkes RI, 2019) dalam penelitian Pengetahuan, sikap, dan persepsi tentang hipertensi memiliki peran penting dalam manajemen diri penyakit tersebut. Pengetahuan yang baik tentang hipertensi dapat meningkatkan kesadaran individu terhadap kondisi mereka, termasuk pemahaman tentang penyebab, risiko, dan dampak hipertensi terhadap kesehatan.

Dengan pengetahuan yang memadai, individu akan lebih cenderung mengambil langkah-langkah untuk

mengendalikan tekanan darah tinggi mereka, seperti mengikuti pola makan sehat, berolahraga teratur, menghindari faktor risiko, dan mengikuti pengobatan yang direkomendasikan.

Selain pengetahuan, sikap juga memainkan peran penting. Sikap yang positif terhadap manajemen penyakit hipertensi, seperti motivasi untuk mengadopsi gaya hidup sehat dan kepatuhan terhadap pengobatan, dapat mempengaruhi perilaku penderita hipertensi.

Sikap yang baik juga dapat mendorong individu untuk mencari informasi tambahan, mematuhi anjuran medis, dan mengambil tindakan preventif untuk mengendalikan hipertensi. Persepsi individu tentang hipertensi juga mempengaruhi manajemen diri penyakit. Persepsi tentang keparahan dan konsekuensi penyakit dapat mempengaruhi motivasi individu untuk melakukan tindakan yang diperlukan.

Misalnya, jika individu menyadari bahwa hipertensi dapat menyebabkan komplikasi serius seperti serangan jantung atau stroke, mereka mungkin lebih termotivasi untuk mengelola tekanan darah mereka dengan sungguh-sungguh.

Berdasarkan uraian diatas menurut peneliti pengetahuan sumber literasi pada penderita hipertensi di Puskesmas Simpang Tiga peneliti menyimpulkan bahwa responden lebih banyak mengetahui tentang sumber informasi hipertensi pada petugas puskesmas.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data yang dilakukan di puskesmas simpang tiga tentang gambaran upaya pengendalian hipertensi dalam pemanfaatan sumber literasi kesehatan yang dilakukan pada pasien hipertensi yang berjumlah 95 responden, dapat disimpulkan Berdasarkan hasil penelitian mayoritas rata-rata umur responden terbanyak 54,66 tahun, dengan jenis kelamin terbanyak yaitu perempuan, pendidikan responden terbanyak yaitu SMA dan pekerjaan respon terbanyak yaitu tidak bekerja. Semua responden memiliki upaya pengendalian yang baik yaitu 85 responden (89,5%) dan yang memiliki upaya pengendalian kurang baik 10 responden (10,5%) Sebagian besar responden memiliki pemanfaatan informasi tentang hipertensi terbanyak dari petugas puskesmas yaitu sebanyak 80 responden (84,2%).

## DAFTAR PUSTAKA

- Amila., Janno, S dan Evarina, S. (2018). *Self Efficacy* dan gaya hidup pasien hipertensi. *Jurnal Kesehatan*. 9(3): 360-365.
- Anggraeni, N., & Nasution, johani dewita. (2019). Hubungan pengetahuan dan sikap lansia dengan riwayat hipertensi dalam pengendalian tekanan darah pada lansia di puskesmas sibolangit kabupaten deli serdang tahun 2019. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 2–9.
- Anggara Dwi, F.H. dan Prayitno N. (2013). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tekanan darah di puskesmas telaga murni cikarang barat. jakarta program studi kesehatan masyarakat stikes mh. thamrin. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. Vol 5/No. 1.
- Azizah, L. M. (2011). Keperawatan lanjut usia. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Dalimartha. S, 2008. *Care your self* hipertensi. Jakarta : Penebar Plus.
- Dewi, S. M., Saputra, B., & Daniati, M. (2022). The Relationship Of Alcohol Consumption And Sleep Quality To The Event Of Hypertension: Hubungan Konsumsi Alkohol Dan Kualitas Tidur Terhadap Kejadian Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Hang Buah (Hang Buah Nursing Journal)*, 2(1), 49–62. <https://doi.org/10.25311/jkh.Vol2.Iss1.564>
- Farida U., & Cahyani PW. (2018). Pola penggunaan obat antihipertensi pada pasien hipertensi rawat inap di RSUD mardi waluyo blitar bulan juli-desember tahun 2016. *Jurnal Wiyata.*;5(1):29–33.
- Hazwa. (2017). Gambaran karakteristik penderita hipertensi dan tingkat kepatuhan minum obat di wilayah kerja puskesmas kintamani i. diakses pada tanggal 11 agustus 2018, dari
- Kemendes RI. (2019). Hipertensi si pembunuh senyap. *Kemendrian Kesehatan RI*, 1–5. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>
- Kemendes RI. (2019). Hipertensi/tekanan darah tinggi. *Direktorat P2PTM*, 1–10.

- [http://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/VHcrbkVobjRzUDN3UCs4eUJ0dVBndz09/2019/01/Leaflet\\_PDF\\_15\\_x\\_15\\_cm\\_Hipertensi\\_Tekanan\\_Darah\\_Tinggi.pdf](http://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/VHcrbkVobjRzUDN3UCs4eUJ0dVBndz09/2019/01/Leaflet_PDF_15_x_15_cm_Hipertensi_Tekanan_Darah_Tinggi.pdf)
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Hipertensi penyakit paling banyak diidap masyarakat. kementerian kesehatan ri. sekretariat r jenderal. rencana strategis kementerian kesehatan tahun rencana strategis kementerian kesehatan tahun, 248. <https://doi.org/351.077> Ind r
- Laka, Octavianus Klaudius, Dyah Widodo, and Wahidyanti Rahayu. (2018). Hubungan hipertensi dengan tingkat kecemasan pada lansia di posyandu lansia desa banjarejo kecamatan ngantang malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 3(1).
- Lutfiatu Roiefah, A., & Dian Pertiwi, K. (2021). Hubungan tingkat literasi kesehatan dengan perilaku pencegahan penyakit tidak menular pada remaja di kabupaten semarang (*Doctoral dissertation, Universitas Ngudi Waluyo*).
- Ng, Edward., Walter, D., & Omariba, R. (2010). *Health Literacy and immigrants in Canada: Determinants and effects on health outcomes. Ottawa. Retrieved from <https://pdfs.semanticscholar.org/7f7d/78e6f2f0e183a02adee41ce1989a3fc2c714.pdf>*
- Nirmalasari, N., & Novitasari, Y. A. (2020). Studi Deskriptif: Sikap, pengawasan keluarga, tingkat pengetahuan dan upaya pengendalian hipertensi pada lansia. (*Jkg*) *Jurnal Keperawatan Global*, 5(2), 110–116. <https://doi.org/10.37341/jkg.v5i2.120>.
- Notoatmodjo, S. (2014). Ilmu perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurimah, P. (2018). Hubungan lama menderita hipertensi dengan kejadian demensia pada lansia (di dusun pajaran, desa peterongan, kabupaten jombang) (*Doctoral dissertation, STIKes Insan Cendekia Medika Jombang*).
- Pratama G. W., Ariastuti P. (2015). Faktor- faktor yang mempengaruhi kepatuhan pengobatan hipertensi pada lansia binaan puskesmas klungkung 1. Diakses : 18 September 2020. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/19735>.
- Pujasari, A dkk. (2015). Faktor-faktor internal ketidak patuhan pengobatan hipertensi di puskesmas kedungmundu kota semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)* Volume 3, Nomor 3, April 2015.
- Putra, A.M.P., & Ulfah, A. (2016). Analisis faktor risiko hipertensi di puskesmas kelayan timur kota banjarmasin. *Jurnal Ilmiah Ibnu Sina*. Vol. 1, No. 27.
- Puspita, E., Oktaviarini, E., & Santik, Y. D. P. (2017). Peran keluarga dan petugas kesehatan dalam kepatuhan pengobatan penderita hipertensi di puskesmas gunungpati kota semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 12(2), 25-32.

- Rambu Kuba, S., Weynand Nusawakan, A., Pambuka Putra, K., Keperawatan, I., Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, F., Kristen Satya Wacana, U., Kartini No, J., & Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, P. (2021). Upaya promotif preventif dan pengendalian hipertensi oleh puskesmas tegalrejo kota salatiga. *Care:Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 9(2), 208–222.
- Ramadhan, R., Hartati bahar, & Fikki Prasetya. (2021). *The Role of Southeast Sulawesi PPPKMI in Strengthening Health Promotion Strategies As a Covid-19 Response Effort. MIRACLE Journal Of Public Health*, 4(2), 261–273. <https://doi.org/10.36566/mjph/vol4.iss2/259>.
- Roiefah, A. L., & Pertiwi, K. D. (2021). Hubungan tingkat literasi kesehatan dengan perilaku pencegahan ptm pada remaja di kabupaten semarang. Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Ngudi Waluyo, 1.
- Sahroni, S., Anshari, D., & Krianto, T. (2019). Determinan sosial terhadap tingkat literasi kesehatan pada pasien hipertensi di puskesmas kota cilegon. *Faletahan Health Journal*, 6(3), 111-117.
- Sari, P. N. (2019). Hubungan efikasi diri dengan upaya pengendalian hipertensi pada pasien hipertensi di wilayah kerja puskesmas jenggawah kabupaten jember.
- Tambuwun, A. A., Kandou, G. D., & Nelwan, J. E. (2021). Hubungan karakteristik individu dengan kepatuhan berobat pada penderita hipertensi di puskesmas wori kabupaten minahasa utara. *KESMAS*, 10(4).
- Taslim, T., & Betris, Y. A. (2020). Gambaran pemberian obat pada penderita hipertensi Di Puskesmas Rawang. *Jurnal Riset Kefarmasian Indonesia*, 2(2), 72-79.
- Thomas, J. A. N. N., Snigdha, K. S. A. I., Karanath, P. M., & Swaroop, A. N. N. M. (2017). *Impact Of Patient Counselling On Knowledge, Attitude, And Practice Of Hypertensive Patients In A Tertiary Care Hospital. International Journal of Pharmacy and Pharmaceutical Sciences*, 9(9).
- Violita, F., (2015). Faktor yang berhubungan dengan kepatuhan minum obat hipertensi di wilayah kerja puskesmas segeri, makasar: Universitas Hasanudin.
- Wei T, Omar M., (2017). *Self-management approaches among hypertensive residents in nursing homes in Malaysia. Malaysian Fam Physician*. 12(3):8–17.
- WHO. (2018). *Global Health Estimates 2016: Deaths by Cause, Age, Sex, by Country and by Region, 2000- 2016. Geneva: World Health Organization*.
- Yulandari, N. Y., & Saputra, B. (n.d.). *Hubungan Life Style dengan Kejadian Hipertensi pada Dewasa Pertengahan*. 10.
- Zaenurrohmah, D. H., & Rachmayanti, R. D. (2017). Hubungan pengetahuan dan riwayat hipertensi dengan tindakan pengendalian tekanan darah pada

lansia. Jurnal Berkala  
Epidemiologi, 5(2), 174–184.  
<https://doi.org/10.20473/jbe.v5i2.2017.174-184>