

EFEKTIVITAS EDUKASI KESEHATAN DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN PASIEN HIPERTENSI TENTANG PENCEGAHAN STROKE MELALUI EDUKASI KESEHATAN TERSTRUKTUR DI LAYANAN PRIMER

Tri Puji Agustine

Universitas Kristen Indonesia, Indonesia

*Corresponding Author:

tripuji.agustine@yahoo.com

Abstract.

Hypertension is one of the most significant risk factors for stroke, which remains a major cause of morbidity and mortality worldwide. Insufficient knowledge of stroke prevention among hypertensive patients contributes to poor disease management and increased risk of complications. This study aims to determine the effectiveness of health education in improving hypertensive patients' knowledge regarding stroke prevention in health care facilities. A quasi-experimental method with a pre-test and post-test design was used, involving hypertensive patients receiving health education interventions on stroke prevention, lifestyle modification, and medication adherence. Data were analyzed using paired t-tests to measure changes in patients' knowledge before and after the intervention. The results showed a significant increase in knowledge scores after the educational intervention ($p < 0.05$), indicating that structured health education can effectively enhance patients' understanding of stroke prevention. The study concludes that integrating health education into routine hypertension management is essential to reduce stroke risk and improve patient outcomes. It is recommended that health care providers implement continuous and community-based education programs focusing on hypertension control and stroke prevention.

Keywords: Hypertension, Stroke Prevention, Health Education, Patient Knowledge, Risk Reduction, Health Promotion

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang paling banyak diderita oleh masyarakat di seluruh dunia dan menjadi faktor risiko utama terjadinya stroke. Berdasarkan laporan World Health Organization (WHO), sekitar 1,28 miliar orang dewasa di dunia mengalami hipertensi, dan dua pertiga di antaranya berada di negara berpenghasilan menengah ke bawah. Di Indonesia, prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 mencapai 34,1%, dengan angka tertinggi pada kelompok usia di atas 45 tahun. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan berbagai komplikasi, termasuk stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal, dan gangguan pembuluh darah perifer.

Stroke sendiri merupakan penyebab kematian kedua di dunia setelah penyakit jantung iskemik, dan sekitar 50% kasus stroke terjadi pada individu dengan riwayat hipertensi. Hal ini menunjukkan

pentingnya upaya pencegahan sekunder melalui peningkatan pengetahuan pasien hipertensi terhadap faktor risiko dan perilaku hidup sehat. Sayangnya, berbagai penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pasien hipertensi memiliki pengetahuan yang rendah tentang pencegahan stroke, khususnya terkait kepatuhan pengobatan, pengaturan diet rendah garam, aktivitas fisik, dan kontrol tekanan darah rutin.

Pendidikan kesehatan (health education) berperan penting dalam meningkatkan kesadaran dan perilaku pasien terhadap pengelolaan penyakit kronis. Menurut teori Health Belief Model (HBM), peningkatan pengetahuan dapat memengaruhi persepsi individu terhadap risiko penyakit dan mendorong perubahan perilaku preventif. Oleh karena itu, intervensi edukasi kesehatan yang terstruktur dan disesuaikan dengan kebutuhan pasien dapat menjadi strategi efektif dalam mencegah komplikasi stroke pada penderita hipertensi.

Selain itu, tenaga kesehatan di layanan primer, seperti puskesmas dan klinik, memiliki peran strategis dalam memberikan edukasi berkelanjutan kepada pasien hipertensi. Melalui pendekatan komunikasi interpersonal, konseling gizi, serta pemantauan tekanan darah secara berkala, pasien diharapkan lebih mampu memahami kondisi kesehatannya dan melakukan pencegahan stroke secara mandiri. Artikel ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas edukasi kesehatan terstruktur dalam meningkatkan pengetahuan pasien hipertensi tentang pencegahan stroke, serta memberikan rekomendasi bagi praktik keperawatan dan pelayanan kesehatan primer.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen dengan pendekatan *pretest-posttest one group design* untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan pasien hipertensi sebelum dan sesudah intervensi edukasi kesehatan. Penelitian dilakukan di salah satu puskesmas di wilayah Jawa Barat pada periode Januari–Maret 2025.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi yang terdaftar di Puskesmas X sebanyak 150 orang. Sampel penelitian dipilih menggunakan purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi: (1) pasien berusia 30–65 tahun, (2) terdiagnosis hipertensi ≥ 6 bulan, (3) dapat membaca dan menulis, dan (4) bersedia menjadi responden. Total responden yang memenuhi kriteria sebanyak 50 orang.

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan tentang pencegahan stroke yang diadaptasi dari *Stroke Knowledge Test (SKT)*. Kuesioner ini telah dimodifikasi sesuai konteks Indonesia dan diuji validitas serta reliabilitasnya (nilai Cronbach's $\alpha = 0,87$). Variabel pengetahuan diukur dalam tiga domain: (1) pengertian stroke dan faktor risiko, (2) tanda dan gejala stroke, (3) upaya pencegahan dan gaya hidup sehat.

Prosedur Penelitian

Peneliti memberikan edukasi kesehatan dalam bentuk sesi penyuluhan selama 45 menit menggunakan media *powerpoint*, leaflet, dan diskusi kelompok kecil. Materi mencakup:

- pengertian dan faktor risiko stroke,
- hubungan hipertensi dengan stroke,
- diet rendah garam dan rendah lemak,
- pentingnya aktivitas fisik dan kepatuhan minum obat.

Evaluasi dilakukan dengan membagikan kuesioner sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) intervensi.

Analisis Data

Data dianalisis menggunakan **uji Wilcoxon Signed Rank Test** karena distribusi data tidak normal berdasarkan hasil uji Shapiro-Wilk ($p < 0,05$). Taraf signifikansi ditetapkan pada $\alpha = 0,05$. Analisis dilakukan menggunakan SPSS versi 26.0. Penelitian ini juga telah memperoleh **persetujuan etik** dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Keperawatan Universitas X dengan nomor surat 12/KEPK-FK/XI/2024.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Dari 50 responden, mayoritas berusia 46–60 tahun (62%), berjenis kelamin perempuan (58%), dan memiliki tingkat pendidikan menengah (SMA) sebanyak 54%. Sebagian besar responden telah menderita hipertensi selama 1–5 tahun (70%) dan mengonsumsi obat antihipertensi secara rutin (80%).

Perubahan Tingkat Pengetahuan

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan terdapat perbedaan signifikan antara skor pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi ($p = 0,000 < 0,05$). Nilai rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 58,4 (SD $\pm 9,5$) menjadi 83,2 (SD $\pm 7,8$) setelah intervensi. Peningkatan paling besar terjadi pada domain pengetahuan tentang pencegahan stroke, seperti pengaturan diet dan aktivitas fisik.

Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan terstruktur efektif meningkatkan pengetahuan pasien hipertensi, sejalan dengan hasil penelitian oleh Rahmawati et al. (2021) yang melaporkan peningkatan signifikan pada pengetahuan dan sikap pasien hipertensi setelah diberikan penyuluhan gizi dan manajemen obat.

Analisis Efektivitas Intervensi

Intervensi edukasi terbukti meningkatkan pemahaman pasien mengenai pentingnya mengontrol tekanan darah untuk mencegah stroke. Menurut Notoatmodjo (2014), pengetahuan merupakan domain penting yang memengaruhi tindakan seseorang dalam menjaga kesehatan. Peningkatan pengetahuan pasien menjadi dasar perubahan perilaku sehat, seperti mengurangi konsumsi garam, rutin berolahraga, dan kontrol tekanan darah.

Selain itu, hasil penelitian ini mendukung teori Health Promotion Model (Pender, 2011) yang menekankan bahwa motivasi individu untuk berperilaku sehat dipengaruhi oleh pengalaman belajar dan dukungan lingkungan. Edukasi kelompok kecil memungkinkan terjadinya interaksi interpersonal yang efektif antara tenaga kesehatan dan pasien, meningkatkan pemahaman serta minat pasien dalam menerapkan perilaku pencegahan.

Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan

Meningkatnya pengetahuan juga berdampak pada kepatuhan pasien terhadap terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Studi oleh Yulianti dan Sari (2020) menyebutkan bahwa pasien dengan tingkat pengetahuan tinggi memiliki kemungkinan dua kali lebih patuh dalam mengonsumsi obat dibanding pasien dengan pengetahuan rendah. Hal ini diperkuat oleh temuan lapangan, di mana setelah intervensi, 76% responden melaporkan kepatuhan rutin mengukur tekanan darah di rumah.

Faktor yang Mempengaruhi Peningkatan Pengetahuan

Beberapa faktor yang berpengaruh terhadap efektivitas edukasi antara lain:

1. **Usia dan tingkat pendidikan** responden berpendidikan tinggi lebih mudah memahami materi edukasi.

2. **Media edukasi** penggunaan leaflet dan visualisasi membantu memperjelas pesan.
3. **Keterlibatan aktif pasien** diskusi interaktif mendorong pemahaman lebih mendalam.

Implikasi Keperawatan dan Layanan Primer

Tenaga keperawatan memiliki peran strategis dalam pemberdayaan pasien hipertensi. Intervensi edukatif harus dilakukan secara berkelanjutan, bukan hanya satu kali. Pendekatan *family-based care* juga disarankan, karena dukungan keluarga terbukti memperkuat keberlanjutan perilaku sehat ¹⁸. Di sisi lain, program edukasi sebaiknya dimasukkan ke dalam agenda rutin puskesmas melalui kegiatan Posbindu PTM (Penyakit Tidak Menular).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan bukan hanya berdampak pada individu, tetapi juga berkontribusi terhadap penurunan risiko kejadian stroke di masyarakat. Edukasi kesehatan yang terencana dan berbasis kebutuhan pasien dapat mengurangi angka komplikasi jangka panjang serta meningkatkan kualitas hidup penderita hipertensi.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki keterbatasan, yaitu:

- Tidak adanya kelompok kontrol, sehingga faktor luar (seperti akses informasi lain) tidak dapat sepenuhnya dihindari.
- Pengukuran hanya menilai aspek pengetahuan, belum sampai pada perilaku nyata jangka panjang.

Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain *quasi experimental with control group* dengan tindak lanjut jangka panjang untuk melihat keberlanjutan perubahan perilaku.

KESIMPULAN DAN SARAN

Edukasi kesehatan terstruktur terbukti meningkatkan pengetahuan pasien hipertensi tentang pencegahan stroke secara signifikan. Peningkatan pengetahuan ini terutama terjadi pada aspek pemahaman hubungan hipertensi dan stroke, pengaturan diet, serta pentingnya kontrol tekanan darah. Pengetahuan yang baik merupakan fondasi penting dalam mengubah perilaku pasien menuju gaya hidup sehat dan mengurangi risiko komplikasi stroke. Adapun, saran dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagi tenaga kesehatan, perlu melakukan edukasi kesehatan secara berkala dan terintegrasi dengan pelayanan rutin pasien hipertensi.

2. Bagi pasien dan keluarga, diharapkan aktif mencari informasi kesehatan dan mempraktikkan perilaku pencegahan seperti diet rendah garam dan olahraga teratur.
3. Bagi peneliti selanjutnya, perlu dilakukan penelitian lanjutan dengan desain eksperimen yang melibatkan kelompok kontrol serta pengukuran aspek perilaku jangka panjang.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, Z., & Lestari, E. (2022). Pengaruh media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan pasien hipertensi. *Jurnal Promkes Indonesia*, 9(1), 21–28.
- Feigin, V. L., et al. (2019). Global burden of stroke. *Lancet Neurology*, 18(5), 439–458.
- Fitriana, D., & Prasetyo, B. (2019). Hubungan tingkat pendidikan dengan pengetahuan pencegahan komplikasi hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(1), 33–39.
- Hidayat, N. (2021). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perilaku pencegahan stroke pada pasien hipertensi. *Jurnal Promosi Kesehatan*, 12(1), 45–53.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Mills, K. T., Stefanescu, A., & He, J. (2020). The global epidemiology of hypertension. *Nature Reviews Nephrology*, 16(4), 223–237.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nuraini, R. (2020). Family support in controlling pertension: A systematic review. *Indonesian Nursing Journal*, 11(3), 155–163.
- Nursalam. (2016). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Salemba Medika.
- Pender, N. J. (2011). *Health promotion in nursing practice* (6th ed.). Pearson.
- Putri, A., & Handayani, T. (2023). Pengaruh edukasi berbasis komunitas terhadap penurunan risiko stroke. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(2), 112–120.
- Rahmawati, D., Suryani, N., & Astuti, E. (2021). Efektivitas penyuluhan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan pasien hipertensi. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 7(2), 77–84.
- Rosenstock, I. M., Strecher, V. J., & Becker, M. H. (1988). Social learning theory and the Health Belief Model. *Health Education Quarterly*, 15(2), 175–183.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sullivan, K., & Dunton, N. (2004). Stroke Knowledge Test: Measuring knowledge of stroke symptoms and risk factors. *Rehabilitation Nursing*, 29(1), 14–21.
- Universitas X. (2024). *Surat persetujuan etik penelitian kesehatan*. Fakultas Keperawatan.

- Widyastuti, R., & Fitriani, A. (2020). Hubungan pengetahuan dan kepatuhan pasien hipertensi terhadap pencegahan stroke. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 23(2), 101–108.
- World Health Organization. (2021). *Hypertension fact sheet*. WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Yulianti, T., & Sari, R. (2020). Tingkat pengetahuan dan kepatuhan minum obat pasien hipertensi. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*, 8(2), 103–110.