

Efektifitas Penggunaan Media Audiovisual Terhadap Perubahan Perilaku Penderita Hipertensi di Puskesmas Lhok Bengkuang Aceh Selatan Tahun 2019

Melda Ariyanti¹, Arifah Devi Fitriani², Asriwati²

¹Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Helvetia, Medan

²Dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Helvetia, Medan

ABSTRAK

Kata Kunci:

Efektivitas,
Media Audio Visual,
Perilaku,
Hipertensi

Penderita hipertensi mengalami peningkatan dalam 3 tahun terakhir dan masuk dalam 10 penyakit terbanyak di Puskesmas Lhok Bengkuang, Kabupaten Aceh Selatan, pada tahun 2018. Tingginya kejadian penyakit ini disebabkan oleh masih buruknya perilaku masyarakat tentang hipertensi dan cara pencegahannya. Berbagai cara dilakukan untuk perubahan perilaku penderita hipertensi, diantaranya dengan memberikan promosi kesehatan. Salah satu media untuk menyampaikan informasi kepada penderita yaitu media audiovisual. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis efektifitas penggunaan media audiovisual terhadap perubahan perilaku penderita hipertensi. Jenis Penelitian ini adalah *quasi experimental* dengan *one group pretest posttest design*. Penelitian dilakukan di Puskesmas Lhok Bengkuang, Kabupaten Aceh Selatan. Populasi penelitian berjumlah 604 orang. Sampel diperoleh sebanyak 10 orang dengan menggunakan metode *purposive sampling*. Analisis data secara univariat, bivariat menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberi penyuluhan media audio visual (*pretest*) di Puskesmas Lhok Bengkuang, sebagian besar penderita hipertensi berperilaku buruk (70,0%), sebagian kecil berperilaku baik (30,0%). Sesudah diberi penyuluhan media audio visual (*posttest*), sebagian besar penderita hipertensi berperilaku baik (70,0%), sebagian kecil berperilaku buruk (30,0%). Terdapat pengaruh (perbedaan) yang signifikan perubahan perilaku penderita hipertensi antara sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan media audio visual (*posttest*) di Puskesmas Lhok Bengkuang, ($p = 0,046 < 0,05$). Disimpulkan bahwa penggunaan media audiovisual efektif merubah perubahan perilaku penderita hipertensi. Disarankan supaya tenaga kesehatan untuk rutin memberikan penyuluhan kepada seluruh penderita hipertensi setiap melakukan kunjungan ke Puskesmas Lhok Bangkuang, terutama tentang perilaku yang dilarang dan perilaku yang dianjurkan dalam pengendalian hipertensi.

Korespondensi: meldaariyanti24@gmail.com (Melda Ariyanti)

ABSTRACT

Keywords:

Effectiveness,
Audio Visual Media,
Behavior,
Hypertension

Patients with hypertension have increased in the last 3 years and entered the 10 most diseases in the Lhok Bengkuang Health Center, South Aceh District, in 2018. The high incidence of this disease is caused by the poor behavior of people about hypertension and how to prevent it. Various methods are used to change the behavior of hypertensive sufferers, including by providing health promotion. One of the media to convey information to sufferers is audiovisual media. The purpose of this study was to analyze the effectiveness of using audiovisual media for changes in the behavior of patients with hypertension. This type of research is a quasi experimental with one group pretest posttest design. The study was conducted at the Lhok Bengkuang Health Center, South Aceh District. The study population was 604 people. Samples were obtained by 10 people using purposive sampling method. Univariate data analysis, bivariate using the Wilcoxon test. The results showed that before being given audio visual media (pretest) counseling at the Lhok Bengkuang Health Center, most hypertension sufferers behaved badly (70.0%), a small proportion behaved well (30.0%). After being given an audio-visual education (posttest), the majority of hypertension sufferers behaved well (70.0%), a small proportion behaved badly (30.0%). There was a significant (difference) effect on the behavior changes of hypertensive patients between before and after being given an audio visual media (posttest) counseling at the Lhok Bengkuang Health Center, ($p = 0.046 < 0.05$). It was concluded that the use of audiovisual media effectively changed the behavior of patients with hypertension. It is recommended that health workers routinely provide counseling to all patients with hypertension every time they visit the Lhok Bangkuang Health Center, especially regarding prohibited behavior and recommended behavior in controlling hypertension.

PENDAHULUAN

Hipertensi termasuk salah satu masalah kesehatan masyarakat dan cukup berbahaya, tetapi masih banyak orang yang menyepelekan. Masih banyak orang yang menganggap remeh masalah tekanan darah tinggi dan tidak melakukan hal-hal yang bisa mencegah munculnya penyakit ini dengan serius. Disamping itu, hipertensi telah menjadi salah satu penyebab kesakitan dan kematian di dunia.¹ Prevalensi hipertensi terus meningkat sejalan dengan perubahan gaya hidup seperti merokok, inaktifitas fisik dan stres psikososial. Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2017 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di

dunia menderita hipertensi. Artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis menderita hipertensi.²

Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah, prevalensi hipertensi pada penduduk umur 18 tahun ke atas tahun 2017 di Indonesia adalah sebesar 33,9%. Berdasarkan data provinsi, prevalensi hipertensi tertinggi di Kalimantan Selatan (37,6%) dan terendah di Papua Barat (22,4%). Sedangkan jika dibandingkan dengan tahun 2013 terjadi penurunan sebesar 5,9% (dari 31,7% menjadi 25,8%). Penurunan ini bisa terjadi berbagai macam faktor, seperti alat pengukur tensi yang berbeda, masyarakat yang sudah mulai sadar akan bahaya penyakit hipertensi. Prevalensi tertinggi di Provinsi Bangka Belitung (30,9%), dan Papua yang terendah

(16,8)%). Prevalensi hipertensi di Indonesia terdiagnosis oleh tenaga kesehatan sebesar 9,4 persen, yang didiagnosis tenaga kesehatan atau sedang minum obat sebesar 9,5%. Jadi, ada 0,1 persen yang minum obat sendiri.³

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Aceh tahun 2015 bahwa prevalensi hipertensi di Propinsi Aceh sebesar 6,6. Ini lebih rendah jika dibandingkan prevalensi hipertensi secara nasional yaitu sebesar 9,4.⁴ Penderita hipertensi di Provinsi Aceh sebanyak 9,2% dari jumlah penduduk 4.857.614 orang.⁵ Di Kabupaten Aceh Selatan, penderita hipertensi sebanyak 11,7% dari jumlah penduduk 188.750 orang. Di Kecamatan Tapaktuan, penderita hipertensi sebanyak 12,6% orang dari jumlah penduduk 34.054 orang. Peningkatan jumlah penduduk yang hipertensi setiap tahunnya berkisar antara 2-3% pada tahun 2016 dan 2017.⁴

Masih tingginya penyakit hipertensi di berbagai wilayah disebabkan oleh karena masih buruknya perilaku masyarakat tentang hipertensi dan cara pencegahannya. Perilaku yang buruk karena kurangnya informasi, sosialisasi atau promosi kesehatan dari tenaga kesehatan tentang penyakit hipertensi. Berbagai media dapat digunakan dalam upaya promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat sehingga dapat mengubah perilakunya yang buruk, salah satunya adalah melalui media elektronik yaitu Audiovisual. Media audiovisual, yaitu media yang mempunyai unsur suara dan unsur gambar. Jenis media ini mempunyai kemampuan yang lebih baik, dan media ini dibagi ke dalam dua jenis, yaitu a) Audiovisual diam, yang menampilkan suara dan visual diam, seperti film *sound slide*, b) Audiovisual gerak, yaitu media yang dapat menampilkan unsur suara dan gambar bergerak, seperti film, *video cassette* dan *Video Compact Disc (VCD)*.⁵

Pemberian informasi melalui media audiovisual diharapkan dapat merubah perilaku penderita hipertensi agar dapat melakukan penanganan dan penanggulangan hipertensi dengan baik. Beberapa penelitian terdahulu menguatkan penelitian tentang pengaruh media audiovisual terhadap perubahan

perilaku penderita hipertensi, seperti yang dilakukan oleh Setiawan mendapatkan hasil bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode audio visual terhadap pengetahuan pengendalian hipertensi lansia di Desa Tumut Summersari Moyudan, Sleman, Yogyakarta.⁶ Penelitian yang dilakukan Kapti di dua Rumah Sakit Kota Malang, dengan tujuan penelitian yaitu teridentifikasi efektifitas audiovisual sebagai media penyuluhan terhadap perubahan pengetahuan dan sikap ibu. Peningkatan pengetahuan dan sikap setelah penyuluhan antara kontrol dan intervensi terdapat perbedaan yang bermakna. (pengetahuan: $p=0,01$; $\alpha=0.05$; sikap: $p=0,036$; $\alpha=0.05$). Peneliti merekomendasikan penggunaan media audiovisual dalam kegiatan penyuluhan dalam upaya meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu.⁷ Penelitian Haryani di Posbindu Purwo Bakti Husodo Kelurahan Purwodiningratan dan Posbindu Hidup Sehat Kelurahan Mojosoongo mendapatkan hasil bahwa pendidikan kesehatan tentang hipertensi berpengaruh pada pengetahuan, sikap, merokok, pola makan makanan asin dan olahraga sedangkan tidak berpengaruh terhadap stress dan IMT.⁸ Penelitian Ludianita pada penderita hipertensi di Desa Malasan, Kecamatan Durenan, Kabupaten Trenggalek mendapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perubahan perilaku penderita hipertensi.⁹

Puskesmas Lhok Bengkuang adalah salah satu puskesmas induk yang ada di Kabupaten Aceh Selatan. Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Lhok Bengkuang Kecamatan Lhok Bengkuang Kabupaten Aceh Selatan bahwa selama 3 tahun terakhir jumlah penderita hipertensi mengalami peningkatan dan selalu masuk dalam 10 penyakit terbanyak di Puskesmas Lhok Bengkuang. Urutan 10 penyakit terbanyak pada tahun 2018 yaitu ISPA (21,22%), Penyakit Pulpa & Jaringan Periapikal (17,78%), Hipertensi (14,63%), Influenza (14,04%), Diabetes Melitus Type II (11,31%), karies gigi (6,05%), demam tifoid (5,56%), Dermatitis Kontak Alergi (4,33%), Gastritis (2,58%), Observasi Febris (2,49%).¹⁰

Jumlah penderita hipertensi tahun 2014 sebanyak

1.194 orang, tahun 2015 jumlah penderita sebanyak 1.217 orang, dan tahun 2016 kembali meningkat menjadi 1329 orang, tahun 2017 meningkat menjadi 1560 orang pasien yang berkunjung ke puskesmas. Data tahun 2018 (Januari-Juni 2018) bahwa jumlah kunjungan pasien hipertensi ke Puskesmas Lhok Bengkuang mencapai 604 orang atau rata-rata sekitar 100 orang per bulan. Jumlah penduduk tahun 2018 sebanyak 13.441 jiwa, secara persentase jumlahnya mencapai 4,5% dan diperkirakan akan terus meningkat sampai bulan Desember 2018.¹¹

Berdasarkan laporan dari Puskesmas Lhok Bengkuang bahwa promosi kesehatan sudah pernah dilakukan tentang hipertensi dan pencegahannya pada penderita hipertensi di ruang tunggu Puskesmas Lhok Bengkuang Kecamatan Lhok Bengkuang Kabupaten Aceh Selatan (di dalam gedung) maupun pada masyarakat luas di wilayah kerja Puskesmas Lhok Bengkuang (di luar gedung). Namun kegiatan tersebut hanya beberapa kali saja dilakukan pada tahun 2017. Kegiatan di dalam gedung dilakukan sebanyak 3 kali dengan interval waktu 4 bulan sekali, sedangkan kegiatan di luar gedung dilakukan sebanyak 2 kali dengan interval waktu 6 bulan sekali. Hal tersebut karena kegiatan promosi kesehatan melalui penyuluhan tentang hipertensi belum menjadi prioritas di Puskesmas Lhok Bengkuang. Kegiatan penyuluhan juga hanya dilakukan dengan memberikan ceramah saja, sehingga informasi yang diberikan kurang diingat oleh masyarakat terutama penderita hipertensi dan keluarga.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian *quasi experimental* dengan *one group pretest posttest design* yaitu desain penelitian yang terdapat *pretest* sebelum diberi perlakuan dan *posttest* setelah diberi perlakuan. Penelitian dilakukan di Puskesmas Lhok Bangkuang, Kecamatan Lhok Bangkuang, Kabupaten Aceh Selatan. Penelitian dilakukan dari bulan September 2018 sampai dengan bulan juni 2019. Populasi penelitian ini sebanyak 604 orang, dan sampel diambil 10 orang. Variabel yang diukur dalam penelitian ini adalah perilaku. Data yang

digunakan adalah data primer, sekunder, dan tertier. Analisis data dengan menggunakan analisis univariat, analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon.¹²

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur antara 51-60 tahun sebanyak 4 orang (40,0%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 9 orang (90,0%), berpendidikan dasar (SD/ SMP) sebanyak 7 orang (70,0%). Sebagian besar responden adalah ibu rumah tangga sebanyak 6 orang (60,0%), tekanan darah responden sebelum diberikan penyuluhan dalam kategori tinggi sebanyak 8 orang (80,0%), sedangkan dalam kategori normal hanya 2 orang (20,%). Tekanan darah responden sesudah diberikan penyuluhan dalam kategori normal sebanyak 6 orang (60,0%). Sebagian kecil dalam kategori tinggi sebanyak 4 orang (40,0%).

Analisis Univariat

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan penyuluhan sebagian besar responden berperilaku buruk sebanyak 7 orang (70,0%), sedangkan yang berperilaku baik hanya 3 orang (30,0%). Sesudah diberikan penyuluhan sebagian besar responden penderita hipertensi berperilaku baik sebanyak 7 orang (70,0%), sedangkan penderita hipertensi yang berperilaku buruk sebanyak 3 orang (30,0%).

Analisis Bivariat

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa untuk melihat perubahan perilaku, dari hasil analisis menunjukkan bahwa ada perubahan perilaku dari kategori buruk ke kategori baik (*negatif ranks*) sebanyak 0 responden, ada perubahan perilaku dari kategori buruk ke kategori baik (*positif ranks*) sebanyak 4 responden, dan yang tidak terjadi perubahan kategori (*ties*) sebanyak 6 responden.

Berdasarkan hasil dari perhitungan Wilcoxon *Signed Rank Test*, maka nilai Z yang didapat sebesar -2,000 dengan p value (*Asymp. Sig 2 tailed*) sebesar

0,046 di mana kurang dari batas kritis penelitian 0,05 sehingga keputusan hipotesis adalah menerima hipotesis yang berarti terdapat perbedaan bermakna antara kelompok *pretest* dan *posttest* atau terdapat pengaruh (perbedaan) yang signifikan penggunaan media audio visual terhadap perubahan perilaku penderita hipertensi sebelum diberikan penyuluhan (*pretest*) dengan perilaku setelah diberi penyuluhan (*posttest*).

PEMBAHASAN

Meningkatnya prevalensi penyakit kardiovaskular menjadi masalah utama di negara berkembang dan negara maju. Menurut American Heart Association (AHA), penduduk Amerika yang berusia di atas 20 tahun menderita hipertensi telah mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa, namun hampir sekitar 90-95% kasus tidak diketahui penyebabnya. Hipertensi merupakan silent killer dimana gejala dapat bervariasi pada masing-masing individu dan hampir sama dengan gejala penyakit lainnya. Gejala-gejalanya itu adalah sakit kepala/rasa berat di tengkuk, vertigo, jantung berdebar-debar, mudah lelah, penglihatan kabur, telinga berdenging (tinnitus), dan mimisan.³ Setiap tahun penderita hipertensi di Asia juga terus meningkat. Penderita hipertensi di Cina mencapai 98,5 juta orang tahun 2015 dan diperkirakan menjadi 151,7 juta orang pada tahun 2025. Di India penderita hipertensi mencapai 60,4 juta orang pada tahun 2015 dan diperkirakan mencapai 107,3 juta orang pada tahun 2025.¹³ Prevalensi hipertensi di Asia Tenggara cukup tinggi, diantaranya yaitu Vietnam mencapai 34,5%, Thailand sebesar 17%, Malaysia sebesar 29,9%, Philippine sebesar 22%, dan Singapura sebesar 24,9%.¹⁴

Selanjutnya, dengan menggunakan unit analisis individu menunjukkan bahwa secara nasional sebanyak 26,3% penduduk Indonesia menderita penyakit hipertensi. Jika saat ini penduduk Indonesia sebesar 252.124.458 jiwa maka terdapat 65.048.110 jiwa yang menderita hipertensi. Suatu kondisi yang cukup mengejutkan. Terdapat 13 provinsi yang persentasenya melebihi angka nasional, dengan tertinggi di Provinsi Bangka Belitung (30,9%) atau

secara absolut sebanyak $30,9\% \times 1.380.762 \text{ jiwa} = 426.655 \text{ jiwa}$.³

Hasil penelitian sporadis di 15 Kabupaten/ Kota di Indonesia, yang dilakukan oleh Felly dkk. (2011-2012) dari Badan Litbangkes Kemenkes, memberikan fenomena bahwa sebanyak 17,7% kematian disebabkan oleh Stroke dan 10,0% kematian disebabkan oleh penyakit jantung iskemik (*ischemic heart disease*). Dua penyakit penyebab kematian teratas ini, *soulmate factor*-nya adalah hipertensi. Fenomena menarik adalah menyangkut tempat terjadinya kematian yang penyebabnya adalah 2 penyakit di atas. Kematian yang disebabkan stroke dan penyakit jantung iskemik lebih banyak di rumah dibandingkan di rumah sakit. Sejumlah 19,3 % ($n=24.745$) kematian akibat stroke terjadi di rumah dan 12% ($n=24.745$) kematian akibat penyakit jantung iskemik juga terjadi di rumah.¹⁵

Perubahan perilaku Sebelum Diberikan Penyuluhan Dengan Media Audio Visual

Berdasarkan hasil penelitian perubahan perilaku penderita hipertensi sebelum diberikan penyuluhan dengan media audio visual (*pretest*) di Puskesmas Lhok Bengkuang Tahun 2019 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berperilaku buruk sebanyak 7 orang (70,0%), sedangkan yang berperilaku baik hanya 3 orang (30,0%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurmayunita yang meneliti "perilaku perawatan sebelum dilakukannya pendidikan kesehatan dengan media audio visual pada lansia hipertensi di Dusun Beji Wetan, Sendangsari, Pajangan, Bantul, Yogyakarta" menunjukkan bahwa perilaku perawatan hipertensi pada lansia sebelum diberikan Pendidikan kesehatan, sebagian besar adalah termasuk dalam kategori perilaku cukup yaitu sebanyak 14 responden (87,5%). Pendidikan kesehatan hipertensi pada lansia Dusun Beji Wetan Sendangsari Pajangan Bantul Yogyakarta menunjukkan perilaku kesehatan yang cukup.¹⁶

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Haryani di Posbindu Purwo Bakti Husodo Kelurahan Purwodiningratan dan Posbindu Hidup Sehat

Kelurahan Mojosongo mendapatkan hasil bahwa sebelum diberi pendidikan kesehatan tentang hipertensi maka perilaku penderita meliputi merokok, pola makan makanan asin dan olahraga lebih banyak yang berperilaku buruk, bahwa penderita hipertensi masih memiliki kebiasaan merokok, masih mengonsumsi makanan yang asin dan jarang berolahraga.⁸

Banyak masyarakat sering terkena hipertensi disebabkan oleh kekakuan pada arteri sehingga tekanan darah cenderung meningkat. Selain itu penyebab hipertensi juga disebabkan gaya hidup yang lebih penting lagi kemungkinan terjadinya peningkatan tekanan darah tinggi karena bertambahnya usia lebih besar pada orang yang banyak mengonsumsi makanan yang banyak mengandung garam. Perilaku buruk tersebut terjadi karena penderita belum mendapatkan informasi yang memadai tentang hipertensi dan cara melakukan pencegahan atau pengendaliannya.¹⁷

Menurut peneliti, hasil penelitian ini membuktikan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan menggunakan metode audiovisual di Puskesmas Lhok Bengkuang, Kabupaten Aceh Selatan, menunjukkan bahwa perilaku mereka masih dalam kategori buruk. Ditemukan sebanyak 30% responden yang tidak rutin mengontrol tekanan darahnya. Sebanyak 30% responden masih mengonsumsi makanan yang mengandung lemak atau kolesterol. Sebanyak 60% penderita hipertensi masih sering mengonsumsi makanan gorengan, 50% masih selalu dan sering mengonsumsi makanan cepat saji. Sebanyak 50% penderita hipertensi jarang mengonsumsi buah dan sayuran setiap hari. Sebanyak 20% responden selalu makan sayur dengan menggunakan penyedap rasa. Ditemukan 70% yang masih mengonsumsi makanan bersantan. Sebanyak 60% jarang melahirkan olahraga dan 40% tidak pernah melakukan olahraga. Ditemukan 10% responden yang mengaku mengonsumsi minuman keras jika ada masalah. Responden yang tidak pernah meluangkan waktu untuk rekreasi sebanyak 70%. Sebanyak 50% tidak pernah mengontrol emosi jika sedang marah atau banyak pikiran. Responden yang mengatakan bahwa sering

tidur larut malam atau di atas jam 10 malam sebanyak 60%. Penderita hipertensi sulit tidur malam karena sering memikirkan penyakitnya dan ada juga yang disebabkan oleh karena tekanan darahnya meningkat sehingga sulit untuk tidur pada malam hari. Kebiasaan penderita hipertensi yang berperilaku buruk di Puskesmas Lhok Bengkuang karena mereka belum mendapatkan informasi. Selain itu dapat juga disebabkan karena sulitnya merubah perilaku buruk penderita yang sudah berlangsung bertahun-tahun.

Perubahan perilaku Sesudah Diberikan Penyuluhan Dengan Media Audio Visual

Berdasarkan hasil penelitian perubahan perilaku penderita hipertensi sesudah diberikan penyuluhan dengan media audio visual (*posttest*) di Puskesmas Lhok Bengkuang tahun 2019 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berperilaku baik sebanyak 7 orang (70,0%), sedangkan yang berperilaku buruk sebanyak 3 orang (30,0%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Ludianita pada penderita hipertensi di Desa Malasan, Kecamatan Durenan, Kabupaten Trenggalek, mendapatkan hasil bahwa perubahan perilaku penderita hipertensi lebih baik dibandingkan sebelum diberikan pendidikan kesehatan (12). Penelitian yang dilakukan oleh Putra di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ambon Kecamatan Teluk Betung Selatan menunjukkan bahwa perubahan perilaku penderita hipertensi sesudah pendidikan kesehatan dengan menggunakan media audiovisual sebagian besar sudah baik walaupun masih ada yang perilakunya kurang baik.¹⁸

Pendidikan kesehatan sama halnya dengan pendidikan pada umumnya yaitu membutuhkan metode serta media dalam penyampaian informasi. Pemilihan media maupun metode sangatlah penting agar penyampaian informasi menjadi lebih menarik dan lebih mudah dipahami oleh penerima informasi. Ada beberapa media atau metode yang dapat digunakan dalam menyampaikan pendidikan kesehatan misalnya dengan media visual, audio, audiovisual, metode ceramah metode FGD (*Focus Grup Discussion*), poster booklet serta mading.

Setiap metode dapat diterapkan memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing.¹⁹

Pendidikan tentang hipertensi diperlukan untuk dapat melakukan tindakan pengendalian hipertensi dengan baik. Pendidikan ini sangat penting dimiliki oleh pasien hipertensi. Keberhasilan pasien dalam mengendalikan kenaikan tekanan darah adalah dengan melakukan pengendalian hipertensi. Dalam hal ini pendidikan mempunyai peran penting bagi pasien untuk melakukan tindakan yang benar.¹⁵

Menurut peneliti, berdasarkan hasil penelitian ini membuktikan bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual terjadi perubahan perilaku pada penderita hipertensi di Puskesmas Lhok Bengkuang. Sebanyak 40% responden selalu mengontrol tekanan darahnya dan 40% menyatakan sering. Untuk kebiasaan mengonsumsi makanan mengandung lemak yang dulu selalu dilakukan oleh 70% responden sekarang tinggal 10% responden. Dalam mengonsumsi gorengan, 60% sudah jarang mengonsumsinya. Sebanyak 50% responden sudah tidak pernah mengonsumsi makanan dengan ditambahkan garam. Sebanyak 40% responden masih mengonsumsi makanan cepat saji. Kebiasaan mengonsumsi lima porsi buah dan sayuran segar setiap hari sudah dilakukan oleh 50% responden. Sebanyak 70% sudah jarang mengonsumsi sayur dengan penyedap rasa. Sebanyak 70% responden masih mengonsumsi makanan bersantan karena kebiasaan selama ini makan dengan menggunakan sayur santan. Dalam mengonsumsi obat anti hipertensi secara teratur sudah dilakukan oleh 70% responden. Setelah diberikan pendidikan kesehatan sebanyak 40% sudah sering melakukan olahraga secara teratur $\pm$ 30 menit per hari. Dan sebanyak 90% responden tidak pernah mengonsumsi minuman keras. Sebanyak 40% responden masih jarang meluangkan waktu untuk istirahat/rekreasi. Setelah diberi pendidikan kesehatan sebanyak 60% responden sudah mampu mengontrol emosi jika sedang marah atau banyak pikiran. Perilaku berkaitan dengan tidur malam di atas jam 10 malam sudah jarang dilakukan oleh 60% responden yang diteliti. Peningkatan

perubahan perilaku penderita hipertensi setelah mendapatkan pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual karena responden dapat memahami apa yang disampaikan pada saat dilakukan pendidikan kesehatan.

Perbandingan Perubahan Perilaku Sebelum dan Sesudah Diberikan Penyuluhan dengan Media Audio Visual

Berdasarkan hasil penelitian dengan menguji perubahan perilaku penderita hipertensi sebelum dan sesudah diberi penyuluhan media audio visual menggunakan *uji-t* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh (perbedaan) yang signifikan perubahan perilaku penderita hipertensi sebelum diberikan penyuluhan media audio visual (*pretest*) dengan perubahan perilaku penderita hipertensi setelah diberikan penyuluhan media audio visual (*posttest*) di Puskesmas Lhok Bengkuang Tahun 2019, $p = 0,046 < 0,05$.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu tentang pengaruh media audiovisual terhadap perubahan perilaku penderita hipertensi oleh Setiawan yang mendapatkan hasil bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode audio visual terhadap pengetahuan dan perilaku pengendalian hipertensi lansia di Desa Tumut Sumber Sari Moyudan Sleman Yogyakarta.⁶ Penelitian Ludianita pada penderita hipertensi di Desa Malasan, Kecamatan Durenan, Kabupaten Trenggalek mendapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perubahan perilaku penderita hipertensi.⁹ Penelitian yang dilakukan oleh Putra di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Ambon Kecamatan Teluk Betung Selatan menunjukkan bahwa terdapat perbedaan perilaku sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan pada penderita hipertensi.¹⁷

Tingginya penyakit hipertensi di berbagai wilayah di Indonesia disebabkan oleh karena masih buruknya perilaku masyarakat tentang hipertensi dan cara melakukan pencegahannya. Perilaku yang buruk karena kurangnya informasi, sosialisasi atau promosi kesehatan dari tenaga kesehatan tentang penyakit hipertensi. Berbagai media dapat digunakan dalam upaya promosi kesehatan untuk meningkatkan

pengetahuan masyarakat sehingga dapat mengubah perilakunya yang buruk, salah satunya adalah melalui media elektronik yaitu Audiovisual. Media audiovisual, yaitu media yang mempunyai unsur suara dan unsur gambar. Dengan menggunakan media audiovisual diharapkan perilaku masyarakat dapat berubah.⁶

Media audio visual adalah salah satu media yang dapat digunakan dalam pemberian pendidikan kesehatan mengenai hipertensi pada lansia. Media audio visual yaitu jenis media yang selain mengandung unsur suara juga mengandung unsur gambar yang bisa dilihat, misalnya rekaman video, film, slide, suara. Media ini dianggap lebih menarik dan lebih berefek karena melibatkan dua indra yaitu penglihatan dan pendengaran yang dapat memaksimalkan penerimaan informasi.¹⁹

Menurut peneliti, hasil penelitian ini membuktikan bahwa pendidikan kesehatan dengan menggunakan media audiovisual di Puskesmas Lhok Bengkuang dapat mengubah perubahan perilaku penderita hipertensi walaupun perubahan yang dilakukan tidak secara drastis. Sebelum diberikan pendidikan kesehatan sebanyak 70% penderita memiliki perilaku yang buruk dan hanya 30% yang memiliki perilaku yang baik, sedangkan setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual perubahan perilaku penderita hipertensi berubah, karena sebanyak 70% perilaku menjadi baik dan masih ada 30% responden yang perilakunya tetap buruk.

Perubahan perubahan perilaku penderita hipertensi di Puskesmas Lhok Bengkuang setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan menggunakan media audiovisual yaitu adanya perubahan perilaku yang negatif menjadi perilaku yang positif. Perilaku yang awalnya negatif (*pretest*) selalu dan sering dilakukan oleh penderita hipertensi menjadi perilaku yang jarang dan tidak pernah dilakukan penderita hipertensi setelah diberi pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual. Untuk perilaku positif yang pada awalnya jarang dan tidak pernah dilakukan (*pretest*) maka setelah diberi pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual menjadi sering

dan selalu dilakukan sehingga diharapkan ke depannya dapat merubah perilaku yang lebih baik dan penderita hipertensi dapat terkontrol tekanan darahnya.

KESIMPULAN

Dari hasil analisa data dan pembahasan peneltian ini, maka dapat diambil beberapa kesimpulan, yaitu sebagai berikut:

1. Sebelum diberi penyuluhan media audio visual (*pretest*) di Puskesmas Lhok Bengkuang sebagian besar berperilaku buruk 70,0%, sebagian kecil berperilaku baik 30,0%.
2. Sesudah diberi penyuluhan media audio visual (*posttest*) di Puskesmas Lhok Bengkuang sebagian besar berperilaku baik 70,0%, sebagian kecil berperilaku buruk 30,0%.
3. Terdapat pengaruh (perbedaan) yang signifikan perubahan perilaku penderita hipertensi sebelum diberikan penyuluhan media audio visual (*pretest*) dengan perubahan perilaku penderita hipertensi sesudah diberikan penyuluhan media audio visual (*posttest*) di Puskesmas Lhok Bengkuang, $p = 0,046 < 0,05$.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti menyampaikan beberapa saran, yaitu sebagai berikut:

1. Puskesmas Lhok Bengkuang
 - a. Disarankan kepada Kepala Puskesmas Lhok Bengkuang untuk membuat kebijakan dalam pemberian informasi melalui pendidikan kesehatan atau penyuluhan kesehatan menggunakan media audiovisual baik untuk penyakit hipertensi maupun penyakit lainnya yang banyak diderita oleh warga masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Lhok Bengkuang.
 - b. Tenaga kesehatan di Puskesmas Lhok Bengkuang untuk rutin memberikan penyuluhan kepada seluruh

penderita hipertensi setiap melakukan kunjungan ke puskesmas tentang perilaku yang dilarang dan perilaku yang dianjurkan dalam pengendalian hipertensi.

- c. Tenaga kesehatan dapat menentukan waktu yang tepat bagi penderita hipertensi sehingga dapat berkumpul bersama dan diberikan penyuluhan atau pendidikan kesehatan secara bersama-sama dengan menggunakan media audiovisual.

2. Bagi penderita hipertensi

- a. Diharapkan pada penderita hipertensi untuk rutin mengikuti kegiatan penyuluhan atau pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual yang dilakukan oleh tenaga kesehatan di Puskesmas Lhok Bengkuang.
- b. Penderita hipertensi diharapkan untuk mematuhi anjuran tenaga kesehatan tentang perilaku yang dilarang dan perilaku yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan dalam pengendalian hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Widyaningrum S. Hubungan Antara Konsumsi Makanan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia (Studi di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember). Universitas Jember; 2012.
2. WHO. Hypertension Report. Geneva; 2016.
3. Kemenkes RI. Infodatin Hipertensi. Jakarta; 2016.
4. Dinkes Prov. Aceh. Profil Kesehatan Provinsi Aceh Tahun 2016. Banda Aceh; 2017.
5. Notoatmodjo S. Promosi kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Cetakan II. Jakarta: Rineka Cipta; 2015.
6. Setiawan G. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Audio Visual Terhadap Pengetahuan Pengendalian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tumut Summersari Moyudan Sleman. STIKes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta; 2016.
7. Kapti RE. Efektifitas Audiovisual Sebagai Media Penyuluhan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dalam Penatalaksanaan Balita Dengan Diare Di Dua Rumah Sakit Kota Malang. Universitas Indonesia; 2010.
8. Haryani N. Pendidikan kesehatan ttg hipertensi dan pengaruhnya terhadap perubahan perilaku pada pasien hipertensi. Universitas Sebelas Maret; 2016.
9. Ludianita O. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perubahan perilaku penderita hipertensi Ditinjau Dari Aspek Sikap Tentang Hipertensi Di Desa Malasan Kecamatan Durenan Kabupaten Trenggalek. Universitas Sebelas Maret; 2013.
10. Puskesmas Lhok Bengkuang. Laporan 10 Penyakit Terbanyak di Puskesmas Lhok Bengkuang Tahun 2018. Lhok Bengkuang; 2018.
11. Puskesmas Lhok Bengkuang. Data Jumlah Penderita Hipertensi di Puskesmas Lhok Bengkuang Tahun 2014-2018. Lhok Bengkuang; 2018.
12. Notoatmodjo S. Pendidikan Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Cetakan II. Jakarta: Rineka Cipta; 2015
13. Fithria. Kualitas Hidup Penderita Hipertensi Di Desa Lamceu Kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar. Idea Nurs J. 2012;III(1):62–9.
14. Sinubu RB, Rondonuwu R, Onibala F. Hubungan Beban Kerja dengan Kejadian Hipertensi pada Tenaga Pengajar di SMA Negeri I Amurang Kabupaten Minahasa Selatan. e-Jurnal Keperawatan (e-Kp). 2015;3(2):1-8.
15. Kemenkes RI. Hipertensi. The Silent Killer. Jakarta; 2016.
16. Nurmayunita M. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audio Visual Terhadap Perilaku Perawatan Hipertensi Pada Lansia Di Dusun Beji Wetan Sendangsari Pajangan Bantul Yogyakarta [Internet]. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta; 2019. Available from: <http://eprints.ums.ac.id/25264/>
17. Jain R. Pengobatan Alternative untuk Mengatasi Tekanan Darah. Jakarta: Gramedia Pustaka

Utama; 2015.

18. Putra FIE. Perbedaan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Sebelum Dan Sesudah Pendidikan Kesehatan Tentang Stroke Pada Penderita

Hipertensi Di Puskesmas Pasar Ambon [Internet]. Universitas Lampung; 2017.

19. Sanjaya W. Strategi Pembelajaran. Jakarta: Kencana Prenada Media Group; 2016.