

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

UPTD Puskesmas Oesapa merupakan salah satu puskesmas yang ada di Kota Kupang yang terletak di jl. Suratim RT 15/RW 06, Kelurahan Oesapa, Kecamatan Kelapa Lima Kota Kupang. Luas wilayah kerja UPTD Puskesmas Oesapa \pm 15,31 km² 8,49% dari luas wilayah Kota Kupang (180,27 km²), yang mencakup 5 kelurahan yaitu Kelurahan Oesapa, Kelurahan Oesapa Barat, Kelurahan Oesapa Selatan, Kelurahan Lasiana, Kelurahan Kelapa Lima. Dengan batas-batasnya sebagai berikut sebelah utara berbatasan dengan Teluk Kupang, sebelah selatan berbatasan dengan Kecamatan Oebobo, sebelah timur berbatasan dengan Kecamatan Kupang Tengah, sebelah barat berbatasan dengan Kecamatan Kota Lama.

Data dalam penelitian ini diambil dari Puskesmas Oesapa yaitu sesuai dengan diagnosis dokter. Responden yang diambil sesuai sampel yaitu responden dengan hipertensi grade 1 yang berdomisili di Kelurahan Oesapa. Kelurahan Oesapa adalah salah satu Kelurahan yang berada dalam wilayah Kecamatan Kelapa Lima Kupang, dan sebagian Kelurahan Oesapa berada pada pesisir pantai teluk Kupang, sehingga wilayah tersebut dipandang cukup strategis oleh karena dilalui jalan Negara yaitu Timor Raya yang ada dalam jalur utama untuk menghubungkan wilayah Kota Kupang sebagai gerbang masuk dari Negara tetangga Timor Leste

4.1.2 Karakteristik responden

Tabel dibawah ini disajikan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, umur, pendidikan terakhir, dan pekerjaan di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.

Tabel 4.1 Distribusi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, umur, pendidikan terakhir, dan pekerjaan di Puskesmas Oesapa Kota Kupang

Karakteristik Responden	Jumlah (n=30)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	11	37

Perempuan	19	63
Total	30	100
Usia(Tahun)		
41-50	8	27
51-55	7	23
57-60	5	17
62-65	4	13
66-71	6	20
Total	30	100
Pendidikan		
SD	8	27
SMP	5	17
SMA	10	33
Perguruan Tinggi	7	23
Total	30	100
Pekerjaan		
IRT	13	44
PNS	7	23
Sopir	1	3
Tukang Bangunan	1	3
Swasta	4	14
Petani	4	13
Total	30	100

(Sumber : Data Primer, 2024)

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa sebagian besar responden dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 19 responden (63%). Sebagian besar responden berusia 41-50 sebanyak 8 responden (27%). Sebagian besar responden berpendidikan SMA sebanyak 10 responden (33%). Sebagian besar responden memiliki pekerjaan IRT sebanyak 13 responden (44%).

4.1.3 Pengetahuan pasien hipertensi tentang diet DASH sebelum dilakukan edukasi kesehatan di Puskesmas Oesapa Kota Kupang Bulan Mei 2024

Data tentang tingkat pengetahuan pasien hipertensi tentang diet DASH dapat dilihat pada tabel 4.2

Tabel 4.2 Pengetahuan responden sebelum diberikan edukasi kesehatan di Puskesmas Oesapa Kota Kupang

Pengetahuan	Pre Test	
	Jumlah(n)	Persentase(%)
Baik	7	23
Cukup	5	17

Kurang	18	60
Total	30	100

(Sumber : Data primer, 2024)

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan pasien hipertensi sebelum memberikan edukasi kesehatan adalah dalam kategori baik terdapat 7 responden (23%), cukup 5 responden (17%), kategori kurang 18 responden (60%).

4.1.4 Pengetahuan pasien hipertensi grade 1 tentang diet DASH setelah dilakukan edukasi kesehatan di Puskesmas Oesapa Kota Kupang bulan Mei 2024.

Tabel 4.3 Pengetahuan responden setelah diberikan edukasi kesehatan di Puskesmas Oesapa Kota Kupang

Pengetahuan	Post Test	
	Jumlah(n)	Persentase(%)
Baik	15	50
Cukup	7	23
Kurang	8	27
Total	30	100

(Sumber: Data Primer, 2024)

Berdasarkan tabel 4.3 diatas menunjukkan tingkat pengetahuan responden setelah diberikan edukasi yaitu kategori baik terdapat 15 responden (50%), kategori cukup 7 responden (23%), kategori kurang 8 responden (27%). Hasil uji statistik diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,01 (<0,05)$ maka terdapat kesimpulan bahwa terdapat efektivitas edukasi diet DASH dengan metode audiovisual terhadap tingkat pengetahuan pasien hipertensi di Puskesmas Oesapa.

4.1.5 Pengaruh edukasi diet DASH terhadap tingkat pengetahuan pasien hipertensi

Tabel 4.4 Distribusi pengaruh edukasi diet DASH dengan metode audiovisual terhadap tingkat pengetahuan pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa, Bulan Mei Tahun 2024

Pengetahuan	Mean	Standar Devisiasi	Standar Error	P-Value	N
Pre	11,9333	2,46259	0,444961	0,01	30
Post	14,2333	2,73777	0,49985	0,01	30

(Sumber : Data Primer Penelitian 2024)

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan responden sebelum

dilakukan edukasi diet DASH adalah 11,9333 dengan standar deviasi 2,46259, sedangkan rata-rata pengetahuan responden setelah diberikan edukasi diet DASH adalah 14,2333 dengan standar deviasi 2,73777. Hasil uji statistik baik sebelum pemberian edukasi diet DASH didapatkan *p-value* 0,01 dan setelah pemberian edukasi diet DASH didapatkan *p-value* 0,01. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh Efektivitas Edukasi Diet DASH Dengan Metode Audiovisual Terhadap Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang.

4.2 Pembahasan

4.2.1 Karakteristik responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan. Penelitian ini berbanding terbalik dengan penelitian (Aristoteles, 2018) Prevalensi hipertensi cenderung lebih tinggi pada pria dibandingkan wanita. 30 responden yang diketahui bahwa yang menderita penyakit hipertensi sebagian besar berjenis kelamin laki-laki. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Fatmawati et al., 2022) yang mengatakan bahwa sebagian besar penderita hipertensi adalah perempuan dengan usia rata-rata diatas 45 tahun dan telah mengalami menopause. Diketahui bahwa sebagian besar perempuan pada penelitian ini memiliki riwayat penggunaan KB hormonal yang memicu penurunan kadar estrogen pada pada tahap menopause. Kondisi inilah yang menyebabkan tingginya angka hipertensi pada perempuan, karena struktur pembuluh darah mengalami penurunan fungsi akibat perkembangan plak aterosklerosis yang memicu peningkatan tekanan darah. Didukung oleh penelitian Ayukhaliz (2020), setelah memasuki masa menopause wanita cenderung memiliki tekanan darah yang lebih tinggi dari pada pria di usia tersebut. Peneliti berasumsi bahwa hormon estrogen dan progesteron memiliki peran penting dalam menjaga tekanan darah wanita tetap stabil. Namun, berbagai kondisi yang dialami wanita sepanjang hidupnya, seperti kehamilan, penggunaan kontrasepsi hormonal, dan menopause, dapat menyebabkan penurunan kadar hormon-hormon tersebut secara signifikan. Penurunan kadar hormon ini dapat mengganggu keseimbangan sistem regulasi tekanan darah dan meningkatkan risiko terjadinya hipertensi.(Aditya, 2021)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar usia responden berada pada rentang usia 41-50 tahun. Penelitian ini berbanding tebalik dengan penelitian (M.Yunus, 2021) Penelitian yang dilakukan di Puskesmas Haji Pemanggilan, Kecamatan Anak Tuha,

Lampung Tengah, menunjukkan prevalensi penyakit yang lebih tinggi pada kelompok usia 51-60 tahun. Temuan ini sejalan dengan proses penuaan yang menyebabkan penurunan fungsi organ tubuh dan melemahnya sistem imun. (Muhammad Yunus1, 2021). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmawati (2017) mengatakan struktur dan fungsi jantung manusia serta perubahan pembuluh darah terjadi seiring bertambahnya usia. Perubahan struktural pada pembuluh darah meningkatkan kekakuan arteri sehingga mengurangi kapasitas kerja arteri. (Pratama et al., 2020) mengatakan bahwa Proses penuaan menyebabkan arteri mengalami pelebaran dan pengerasan, sehingga mengurangi kapasitas pembuluh darah untuk menampung darah. Peneliti berasumsi bahwa usia 41-50 menjadi faktor yang memengaruhi terjadinya hipertensi. Ketika menuju 40-an dan 50-an pembuluh darah cenderung menjadi lebih kaku dan kurang elastis, sehingga tekanan darah lebih mudah meningkat. Oleh karena itu, orang yang berusia diatas 40 tahun lebih rentan mengalami hipertensi dibandingkan dengan mereka yang lebih muda.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai tingkat pendidikan setingkat SMA. Penelitian ini berbanding terbalik dengan penelitian (Methania, 2019) dimana pada penelitiannya didapatkan sebagian besar dengan tingkat pendidikan SD (Nurmayunita, 2019). Namun penelitian ini sejalan dengan penelitian (Ponda Angelina,2017) dimana sebagian besar tingkat pendidikan terakhir responden yaitu SMA dengan hasil ini dapat menunjukkan bahwa pendidikan sangat efektif dalam meningkatkan tingkat pengetahuan, dan mengendalikan kebiasaan gaya hidup atau pola hidup yang merugikan responden. Menurut (Notoadmodjo, 2010) mengatakan hubungan pendidikan dengan pengetahuan sangat penting agar responden memahami informasi yang selanjutnya menjalar menjadi sebuah pengetahuan. Peneliti berasumsi bahwa Sebagian besar penderita hipertensi belum mengetahui informasi secara detail tentang hipertensi, dikarenakan kurang sumber informasi, informasi yang diterima tidak dipahami dengan baik dan kurangnya inisiatif dari responden untuk mencari informasi yang berkaitan dengan hipertensi, sehingga sangat beresiko terhadap perilaku hidup yang tidak sehat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pekerjaan responden paling banyak adalah Ibu Rumah Tangga (IRT). Penelitian tersebut sejalan dengan penelitian (Suprayitna et al.,

2023), pada penelitian ini menyatakan bahwa sebagian besar responden memiliki status pekerjaan sebagai ibu rumah tangga. Sebagian besar responden cenderung memiliki aktivitas fisik yang kurang, pekerjaan rumah tangga yang dilakukan setiap hari tidak banyak melibatkan aktifitas fisik dan sebagian besar responden ibu-ibu memiliki berat badan lebih. Kurangnya aktivitas fisik dapat meningkatkan risiko hipertensi dan Kurangnya aktivitas fisik dan beban pekerjaan rumah tangga yang berat dapat meningkatkan risiko hipertensi pada ibu rumah tangga. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, seperti:

1. Peningkatan berat badan: Kurang olahraga dapat menyebabkan penumpukan lemak di tubuh, termasuk di area perut, yang dapat meningkatkan tekanan darah.
2. Peningkatan denyut jantung: Jantung harus bekerja lebih keras untuk memompa darah ke seluruh tubuh, sehingga meningkatkan tekanan pada pembuluh darah.
3. Penurunan sistem imun: Beban kerja yang berat dapat melemahkan sistem kekebalan tubuh, sehingga tubuh menjadi lebih rentan terhadap penyakit

1.2.2 Pengetahuan pasien hipertensi tentang diet DASH sebelum diberikan edukasi

Berdasarkan hasil penelitian pengetahuan pasien hipertensi sebelum di berikan edukasi dengan menggunakan audiovisual (*pretest*) menunjukkan bahwa sebagian responden berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 18 responden (60%). Penelitian ini sejalan dengan peneliti (Baiq Fatmawati, 2023) menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi sebagian besar termasuk dalam kategori perilaku kurang yaitu 17 responden (50,0%). Usia, jenis kelamin, genetika, kegemukan, latihan fisik yang kurang, perokok, alkohol, manajemen stress yang buruk dan diet yang tidak sehat berkontribusi terhadap tingginya prevalensi hipertensi (Arifin & Weta, 2016). Salah satu faktor risiko utama pemicu hipertensi adalah memiliki kebiasaan makan yang tidak sehat (95,4%), selanjutnya aktivitas fisik yang kurang, turut menyumbang sebesar 33,5% dan perokok aktif sebesar 4,3% (Kemenkes RI, 2019). Kebiasaan mengkonsumsi makanmakanan yang tidak sehat, seperti tinggi lemak dapat meningkatkan kadar kolesterol, selain berpengaruh pada hipertensi, konsumsi garam yang berlebihan akan meningkatkan volume darah ekstraseluler dan asupan kalium yang tidak memadai dapat menyebabkan peningkatan

kadar natrium yang memicu terjadinya hipertensi (Suprayitna et al., 2023). Menurut peneliti hasil ini membuktikan bahwa sebelum diberikan edukasi dengan menggunakan audiovisual menunjukkan bahwa pengetahuan responden masih dalam kategori kurang. Kebiasaan responden yang berpengetahuan kurang karena mereka belum mendapatkan informasi, selain itu karena sulitnya mengubah gaya hidup sehat.

1.2.3 Pengetahuan pasien hipertensi tentang diet DASH setelah diberikan edukasi

Berdasarkan hasil penelitian pengetahuan pasien hipertensi setelah di berikan edukasi dengan menggunakan audiovisual (*posttest*) menunjukkan bahwa sebagian responden berpengetahuan baik yaitu sebanyak 15 responden (50%). Hasil penelitian ini sejalan dengan (Ahlul Kafi, 2023) Hasil penelitian menunjukkan pada peningkatan pengetahuan responden sebesar 63,6% setelah diberikan edukasi gizi diet DASH dengan media audiovisual. Peningkatan tersebut ditandai dengan presentase responden dengan kategori baik sebelum diberikan intervensi sebanyak 9,1% menjadi 72,7% setelah diberikan edukasi diet DASH dengan media audiovisual. (Kafi et al., 2023).

Dalam memberikan penyuluhan dan edukasi sangat berkaitan dengan penggunaan media edukasi yang digunakan. Sehingga mampu mendukung berlangsungnya kegiatan edukasi dan dapat memberikan pengaruh dari hasil yang akan diperoleh. Media yang digunakan salah satunya adalah audiovisual. Media audiovisual jauh lebih interaktif dibandingkan dengan media visual seperti leflet dan slide presentation karena media audiovisual menampilkan gambar dan suara dengan durasi waktu yang pendek dan ditayangkan dalam bentuk video sehingga mudah dipahami. Media audiovisual terbukti efektif digunakan sebagai media edukasi di semua kelompok umur, baik anak-anak, remaja dan dewasa. Penggunaan media audiovisual efektif meningkatkan pengetahuan, sikap dan mengubah perilaku penderita hipertensi. Apalagi media edukasi dengan audiovisual masih jarang dan terbatas. Terutama yang khusus membahas terkait dengan pola diet DASH. Menurut peneliti, berdasarkan hasil penelitian ini membuktikan bahwa setelah diberikan edukasi menggunakan media audiovisual terjadi perubahan pengetahuan dari pengetahuan kurang menjadi pengetahuan baik seperti perubahan perilaku gaya hidup sehat dan pola makan.

1.2.4 Efektivitas Media Audiovisual Terhadap Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi Tentang Diet DASH Sebelum Dan Sesudah Diberikan Edukasi Dengan Menggunakan Media Audiovisual

Hasil penelitian mengenai Efektivitas Edukasi Diet DASH Dengan Metode Audiovisual Terhadap Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang menunjukkan bahwa ada efektivitas peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi dengan menggunakan media audiovisual. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji Wilcoxon didapatkan $P = 0,01 (<0,05)$ artinya terdapat efektivitas penggunaan media audiovisual terhadap pengetahuan pasien hipertensi tentang diet DASH dengan demikian H_1 diterima H_0 ditolak. Ada perbedaan pengetahuan diet DASH pada pasien hipertensi yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan media audiovisual pada pasien hipertensi di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Setyo Prihatin, 2023) dengan judul Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Diet DASH dengan Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan, Sikap, dan perilaku Gizi pada Pasien Hipertensi, sangat berpengaruh sehingga mampu memberikan dampak positif kepada lansia hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan responden sebesar 63,6% setelah diberikan edukasi gizi diet DASH dengan media audiovisual. Peningkatan tersebut ditandai dengan presentase responden dengan kategori baik sebelum diberikan intervensi sebanyak 9,1% menjadi 72,7% setelah diberikan edukasi diet DASH dengan media audiovisual. Berdasarkan hasil tersebut dapat dijelaskan bahwa pada kelompok yang memperoleh edukasi gizi diet DASH dengan media audiovisual selama 4 minggu yaitu kelompok intervensi lebih banyak mengalami peningkatan pengetahuan ke arah baik dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberikan edukasi gizi diet DASH dengan media audiovisual.

Media audiovisual adalah jenis media yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran dengan melibatkan pendengaran dan penglihatan sekaligus dalam satu proses atau kegiatan. Media audiovisual sebagai sarana pembelajaran menggunakan teknologi dengan cara menyampaikan materi dengan menggunakan mesin-mesin mekanis dan elektronik untuk menyajikan pesan-pesan audiovisual. (Sani & Agestika, 2021). Peneliti berasumsi bahwa, dari hasil penelitian ini membuktikan bahwa edukasi diet DASH

dengan media audiovisual di Puskesmas Oesapa dapat mengubah pengetahuan penderita hipertensi. Sebelum diberikan edukasi, sebanyak 18 responden (60%) memiliki tingkat pengetahuan kurang, sedangkan setelah diberikan edukasi menggunakan audiovisual tingkat pengetahuan tentang diet DASH sebagai penanganan hipertensi berubah sebanyak 15 responden (50%) pengetahuan menjadi baik seperti menjaga pola makan dan gaya hidup.