

PENGARUH PENYULUHAN TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG GIZI SEIMBANG PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PACARKELING

(Studi Komparasi di wilayah kerja Puskesmas Pacarkeling,
Kecamatan Tambaksari, Kota Surabaya)

Abstrak

Hipertensi termasuk dalam kategori 10 besar penyakit terbanyak di Indonesia dengan proporsi kasus pada laki-laki sebesar 42,38% dan perempuan sebesar 57,62%. Kurangnya pengetahuan akan mempengaruhi penderita hipertensi untuk mencegah komplikasi. Pendidikan kesehatan berguna untuk meningkatkan pengetahuan, untuk meningkatkan sikap, untuk mengubah kebiasaan, dan untuk lebih terampil sebagai upaya untuk meningkatkan kualitas kesehatan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas pacarkeling.

Penelitian ini bersifat *quasi eksperimental* dengan desain *One Group Pretest Posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh seluruh bapak atau ibu yang menderita hipertensi dan bertempat tinggal di wilayah kerja Puskesmas Pacarkeling dan pengambilan sample menggunakan teknik *Simple random sampling* sebanyak 52 responden. Data yang diperoleh kemudian diproses dengan menggunakan metode uji statistik *Paired T-Test*.

Hasil penelitian menunjukkan ada peningkatan pengetahuan dan sikap setelah penyuluhan. Hasil uji statistik menunjukkan ada pengaruh pemberian penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan dan sikap tentang gizi seimbang pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas pacarkeling dengan $p=0,000$ ($p<0,1$). Penyuluhan kesehatan sebagai bagian dalam promosi kesehatan diperlukan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan terhadap kesehatan.

Disarankan penderita hipertensi aktif mencari tahu tentang penyakit dan penatalaksanaan diet yang sesuai dengan penyakitnya, serta untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap penderita hipertensi untuk mengontrol tekanan darah mereka.

Kata kunci : pengetahuan, sikap, penyuluhan, hipertensi

THE EFFECT OF COUNSELING ON THE LEVEL OF AWARENESS AND ATTITUDE TOWARD BALANCED NUTRITION ON THE HYPERTENSION SUFFERERS IN WORKING AREA OF PACARKELING HEALTH CENTER

(A Comparative Study in working area of Pacarkeling Health Center,
Tambaksari Surabaya)

Abstract

Hypertension is categorized as the top 10 most prevalent diseases in Indonesia with case proportion on male 42,38% and female 57,62%. Lack of awareness will affect the hypertension sufferers to avoid the complication. Health education is important to improve the awareness, attitude, habit, and skill in order to increase the health quality.

The aim of this study is to know the effect of counseling on the level of awareness and attitude toward balanced nutrition on the hypertension sufferers in working area of Pacarkeling health center.

This study is *quasi experimental* with *One Group Pretest Posttest* as the design. The population of this study is all of the man and woman who are the hypertension sufferers and live in working area of Pacarkeling health center. In the data collection, the researcher uses *simple random sampling* to 52 respondent. The data is processed using statistical test method *Paired T-Test*.

The result of this study shows that there is an improvement of awareness and attitude after counseling. Statistical test result shows that there is an effect of giving counseling on the level of awareness and attitude toward balanced nutrition on the hypertension sufferers in working area of Pacarkeling health center with $p=0,000$ ($p<0,1$). Health counseling as part of health promotion is needed in order to improve awareness, attitude, and action on health.

Hypertension sufferers are recommended to find information about the disease and good management of diet in order to improve their awareness and attitude to control their blood pressure.

Keyword : awareness, attitude, counseling, hypertension