

## **Perilaku Pencegahan Stroke Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jatibarang Indramayu**

*Dedeh Husnaniyah<sup>1</sup>, Titin Hidayatin<sup>2</sup>, Eka Juwita Handayani<sup>3</sup>*

### **Abstrak**

Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah sistolik yaitu 140 mmHg atau lebih dan tekanan diastolik 90 mmHg atau lebih. Hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian di dunia, sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, diperkirakan pada tahun 2025 akan mengalami peningkatan sebanyak 1,5 miliar. Setiap tahunnya ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. Komplikasi yang sering terjadi akibat hipertensi salah satunya adalah stroke. Ada sekitar 80% kasus stroke hemoragik yang diakibatkan oleh hipertensi. Perilaku pencegahan terjadinya stroke merupakan salah satu cara yang paling efektif dan efisien untuk mengurangi kejadian stroke. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku pencegahan stroke pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Jatibarang Indramayu. Metode Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi yang berada di wilayah kerja puskesmas Jatibarang Indramayu adapun sampel penelitian ini sejumlah 246 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 128 (52%) responden memiliki perilaku yang baik dalam pencegahan terjadinya stroke, sebanyak 118 (48%) responden memiliki perilaku yang tidak baik dalam pencegahan terjadinya stroke. Disarankan kepada petugas kesehatan untuk memberikan penyuluhan tentang perilaku pencegahan stroke pada penderita hipertensi secara berkala.

**Kata kunci :** Perilaku, pencegahan, hipertensi

### **Abstract**

*Hypertension is a condition in which a person has an increased systolic blood pressure of 140 mmHg or more and a diastolic pressure of 90 mmHg or more. Hypertension is one of the causes of death in the world, around 1.13 billion people in the world suffer from hypertension, it is estimated that in 2025 there will be an increase of 1.5 billion. Every year 9.4 million people die from hypertension and its complications. One of the complications that often occur due to hypertension is stroke. There are about 80% of cases of hemorrhagic strokes effected of hypertension. Stroke prevention behavior is one of the most effective and efficient ways to reduce the stroke case. The purpose of the study is to determine the stroke prevention behavior of hypertensive patients in the working area of Jatibarang Indramayu Health Center. The research uses quantitative research methods with a descriptive approach. The population of the study are hypertensive patients in the working area of Jatibarang Indramayu Health Center. The sample of the study are 246 people. The research uses questionnaire sheet instruments. The data analysis used is univariate analysis. The results shows that 128 (52%) respondents have good behavior in preventing stroke, whereas 118 (48%) respondents have bad behavior in preventing stroke. It is recommended for health workers to provide counseling on stroke prevention behavior of hypertensive patients regularly.*

**Keywords:** Behavior, prevention, hypertension

## **PENDAHULUAN**

Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah sistolik yaitu 140 mmHg atau lebih dan tekanan diastolik 90 mmHg atau lebih (Black, J. M & Hawks, J. H. 2009).

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang masih menjadi masalah di dunia maupun di Indonesia. Hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian di dunia, sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, diperkirakan pada tahun 2025 akan mengalami peningkatan sebanyak 1,5 miliar. Setiap tahunnya ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya.

Penderita hipertensi di seluruh Indonesia sebanyak 713.783 kasus. Jawa Barat masuk dalam sepuluh besar kasus hipertensi di seluruh Indonesia dengan jumlah penderita mencapai 121.153 kasus atau 39% (Riskesmas, 2018). Berdasarkan data dari Dinkes Kabupaten Indramayu didapatkan bahwa jumlah penderita hipertensi diseluruh Indramayu tahun 2018 sebanyak 1.896 kasus. Dari data tersebut, kejadian hipertensi terbanyak berada di Puskesmas Jatibarang. Penderita hipertensi di Puskesmas Jatibarang sebanyak 638 penderita tahun 2018 dengan rata-rata kunjungan perbulan adalah 53 penderita

Hipertensi dapat mengakibatkan pecahnya pembuluh darah otak atau menyebabkan penyempitan pembuluh

darah otak, sehingga dapat mengakibatkan komplikasi yang berbahaya seperti stroke. Ada sekitar 80% kasus stroke hemoragik yang diakibatkan oleh hipertensi. Penderita stroke sering mengalami kematian, juga mengakibatkan kecacatan sehingga mengalami keterbatasan dalam memenuhi kebutuhan aktivitas sehari-hari seperti mandi, berjalan, berpindah tempat dan aktivitas sehari-hari yang lainnya (Fadlulloh, 2014).

Sampai saat ini belum ada pengobatan yang efektif dan efisien untuk stroke karena sifatnya yang multikausal (disebabkan banyak faktor). Upaya pencegahan merupakan salah satu cara yang paling efektif dan efisien untuk mengurangi kejadian stroke. Upaya pencegahan stroke yang dapat dilakukan adalah meminimalkan faktor terjadinya stroke, salah satunya adalah hipertensi. Pencegahan hipertensi dapat dilakukan baik secara farmakologi seperti minum obat secara teratur maupun nonfarmakologi yaitu dengan cara mengubah gaya hidup (Amila., Sinaga J., dan Sembiring E. 2018).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Perilaku Pencegahan Stroke Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Jatibarang Kabupaten Indramayu”.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif.

Rancangan penelitian ini adalah *cross sectional study*. Populasi pada penelitian ini adalah penderita hipertensi yang tinggal di wilayah kerja puskesmas Jatibarang Indramayu, mampu berkomunikasi dengan baik dan bersedia menjadi responden. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling* sebanyak 246 responden.

Penelitian di laksanakan di wilayah kerja puskesmas Jatibarang Indramayu pada 21 Juli sampai 28 Agustus 2020. Wilayah kerja puskesmas Jatibarang Indramayu meliputi 8 desa yaitu : Bulak Lor, Bulak, Jatibarang, Jatibarang Baru, Kebulen, Pilang Sari, Pawidean dan Sukalila.

Instrument dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Kuesioner perilaku pencegahan stroke meliputi : menghindari kegemukan/obesitas, mencegah stress, menghindari konsumsi alkohol, menghentikan kebiasaan merokok, kepatuhan minum obat, diet rendah garam, diet rendah lemak, aktivitas fisik, konsumsi buah dan sayur, dan pemeriksaan kesehatan secara berkala. Analisa data yang digunakan adalah analisis univariat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Hasil Penelitian

#### a. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan pekerjaan di

wilayah kerja puskesmas Jatibarang Indramayu (n = 246)

<b>Karakteristik Responden</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Usia</b>		
Dewasa Awal (26-35 Tahun)	28	11,4
Dewasa Akhir (36-45 Tahun)	50	20,3
Lansia Awal (46-55 Tahun)	70	28,5
Lansia Akhir (56-65 Tahun)	54	22
Masa Manula (>65 Tahun)	44	17,8
<b>Total</b>	<b>246</b>	<b>100</b>
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	63	25,6
Perempuan	183	74,4
<b>Total</b>	<b>246</b>	<b>100</b>
<b>Tingkat Pendidikan</b>		
Tidak Sekolah	64	26
SD	76	30,9
SMP	46	18,7
SMA	55	22,4
PT	5	2
<b>Total</b>	<b>246</b>	<b>100</b>
<b>Pekerjaan</b>		
PNS	6	2,4
Karyawan Swasta	10	4,1
Wiraswasta	84	34,1
IRT	146	59,4
<b>Total</b>	<b>246</b>	<b>100</b>

#### b. Analisis Univariat

Tabel 2. Distribusi frekuensi perilaku pencegahan stroke pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Jatibarang Indramayu (n = 246)

<b>Perilaku</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Baik	128	52
Tidak Baik	118	48
<b>Total</b>	<b>246</b>	<b>100</b>

Tabel 3. Distribusi frekuensi perilaku pencegahan stroke pada penderita hipertensi berdasarkan umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan pekerjaan di wilayah kerja puskesmas Jatibarang Indramayu (n = 246)

Kategori	Perilaku			
	Baik		Tidak Baik	
	N	%	n	%
<b>Usia</b>				
Dewasa Awal (26-35 Tahun)	18	14,1	10	8,5
Dewasa Akhir (36-45 Tahun)	20	15,6	30	25,4
Lansia Awal (46-55 Tahun)	30	23,4	40	33,9
Lansia Akhir (56-65 Tahun)	29	22,7	25	21,2
Masa Manula (>65 Tahun)	31	24,2	13	11
<b>Total</b>	<b>128</b>	<b>100</b>	<b>118</b>	<b>100</b>
<b>Jenis Kelamin</b>				
Laki-laki	21	16,4	42	35,6
Perempuan	107	83,6	76	64,4
<b>Total</b>	<b>128</b>	<b>100</b>	<b>118</b>	<b>100</b>
<b>Tingkat Pendidikan</b>				
Tidak Sekolah	38	29,7	26	22
SD	38	29,7	38	32,2
SMP	21	16,4	25	21,2
SMA	29	22,6	26	22
PT	2	1,6	3	2,6
<b>Total</b>	<b>128</b>	<b>100</b>	<b>118</b>	<b>100</b>
<b>Pekerjaan</b>				
PNS	3	2,3	3	2,5
Karyawan Swasta	2	1,6	8	6,8
Wiraswasta	43	33,6	41	34,8
IRT	80	62,5	66	55,9
<b>Total</b>	<b>128</b>	<b>100</b>	<b>118</b>	<b>100</b>

## 2. Pembahasan

### a. Karakteristik Responden

Hipertensi adalah penyakit tekanan darah tinggi dengan tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih

dari 90 mmHg berdasarkan tiga kali pengukuran atau lebih yang diukur secara terpisah. Hipertensi merupakan masalah kesehatan pada masyarakat yang penting karena hipertensi jarang menimbulkan gejala, selain itu hipertensi adalah faktor risiko utama terjadinya penyakit jantung koroner, gagal jantung, dan stroke. (Lemone, P., Burke. KM., Bauldoff, G, 2016).

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa usia responden terbanyak adalah lansia awal (46-55 tahun) sebanyak 70 (28,5%) dibandingkan dengan usia responden lainnya, hal ini disebabkan karena semakin bertambahnya usia maka kemungkinan untuk mengalami hipertensi semakin tinggi. Hilangnya elastisitas jaringan dan arteriosklerosis serta pembuluh darah berangsur-angsur menyempit dan menjadi kaku adalah faktor penyebab hipertensi pada usia tua (Sutanto, 2010).

Jenis kelamin perempuan lebih banyak yang menderita hipertensi sebanyak 183 (74.4%) dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini disebabkan karena adanya pengaruh hormone pada wanita. Wanita yang belum menopause dilindungi oleh hormone estrogen yang berperan dalam meningkatkan kadar *High Density Lipoprotein* (HDL). Kadar HDL yang tinggi merupakan pelindung dalam mencegah terjadinya proses aterosklerosis. Namun pada masa premenopause wanita mulai kehilangan hormone estrogen sehingga

pada usia diatas 45-55 tahun prevalensi hipertensi pada wanita lebih tinggi.

Tingkat pendidikan responden lebih banyak Sekolah Dasar (SD) sebanyak 76 (30,9%) dibandingkan tingkat pendidikan yang lainnya. Pekerjaan responden lebih banyak Ibu Rumah Tangga (IRT) sebanyak 146 (59,4%) dibandingkan dengan pekerjaan yang lainnya.

#### b. Analisis Univariat

Berdasarkan tabel 2 terhadap 246 responden didapatkan responden yang memiliki perilaku baik sebanyak 128 (52%) responden, dan perilaku tidak baik sebanyak 118 (48%) responden. Perilaku menurut Notoatmodjo (2010) adalah bentuk respon terhadap stimulus dari luar individu, pemberian respon bergantung faktor lain dari individu tersebut. Walaupun pemberian stimulusnya sama, namun respon yang diberikan tiap individu belum tentu sama.

Faktor – faktor yang mempengaruhi terbentuknya perilaku terdapat dua macam, yaitu faktor dari internal dan faktor eksternal. Yang dimaksud faktor internal meliputi umur, tingkat pendidikan, pekerjaan, sedangkan faktor eksternal antara lain lingkungan, sosial, dan budaya. Faktor yang dominan dalam mempengaruhi perilaku yaitu faktor eksternal. Hasil penelitian ini didapatkan paling banyak responden memiliki perilaku yang baik dalam pencegahan stroke, dapat dilihat di tabel 3 dimana faktor internal pada perilaku baik didapatkan pada usia masa manula

(>65) sebanyak 31 (24,2%) responden. Hal ini dikarenakan Perilaku seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan. Usia merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang, semakin bertambahnya usia maka tingkat perkembangan sesuai dengan pengetahuan dan pengalaman yang pernah didapatkan.

Tingkat pendidikan pada perilaku baik paling banyak tidak sekolah dan Sekolah dasar sebanyak 38 (29,7%) responden sedangkan dilihat dari pekerjaannya lebih banyak IRT sebanyak 80 (62,5%) responden, sehingga dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi perilaku adalah faktor internal, sesuai dengan penelitian Supriani (2020) dengan judul pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perilaku pencegahan stroke dengan nilai p value 0,033. Hal ini menunjukkan bahwa bahwa perilaku baik dan tidak baik pada responden di pengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki oleh responden. Hal ini sejalan dengan penelitian Skinner dalam Notoatmodjo (2007) mengemukakan bahwa perilaku merupakan hasil hubungan antara stimulus, tanggapan dan respon. Diwilayah kerja puskesmas Jatibarang telah berjalan posyandu lansia dan kegiatan prolanis yang dilaksanakan setiap hari Sabtu, dimana kegiatannya berupa pemeriksaan kesehatan, senam dan penyuluhan kesehatan, sehingga dapat disimpulkan bahwa perilaku baik dalam pencegahan stroke pada penelitian ini

dimungkinkan karena pengetahuan yang baik yang dimiliki oleh responden, walaupun apabila dilihat dari tingkat pendidikan yang memiliki perilaku baik adalah tidak sekolah dan Sekolah Dasar (SD).

Faktor eksternal lainnya yang mempengaruhi perilaku adalah sosial atau dukungan sosial yang di dapatkan oleh responden sesuai dengan penelitiannya Latipah (2019) Mengatakan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan perilaku pencegahan stroke dengan  $p$  value 0,000, dapat diartikan bahwa responden yang memiliki dukungan sosial baik berpeluang 7 kali mempunyai perilaku pencegahan stroke yang baik pula.

## KESIMPULAN DAN SARAN

1. Responden lansia awal lebih banyak dibandingkan dengan usia responden lainnya sebanyak 28,5%, responden perempuan lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki sebanyak 74,4%, responden dengan tingkat pendidikan Sekolah Dasar (SD) lebih banyak dibandingkan dengan tingkat pendidikan lainnya sebanyak 30,9%, IRT lebih banyak dibandingkan dengan jenis pekerjaan lainnya sebanyak 59,4%.
2. Responden yang memiliki perilaku baik lebih banyak dibandingkan dengan responden yang memiliki perilaku tidak baik sebanyak 52%.
3. Lansia awal lebih banyak yang memiliki perilaku yang baik sebanyak 23,4%, perempuan lebih banyak yang memiliki perilaku yang baik sebanyak 83,6%, tidak sekolah dan Sekolah Dasar (SD) lebih banyak yang memiliki perilaku yang baik sebanyak 30,9%, dan Ibu Rumah Tangga lebih banyak yang memiliki perilaku yang baik dibandingkan dengan yang lainnya sebanyak 59,4%.

---

1,2,3 Program Studi Sarjana  
Keperawatan, STIKes Indramayu  
Email : d\_husnaniyah@yahoo.com

---

## DAFTAR PUSTAKA

- Amila., Sinaga J., dan Sembiring E. (2018) Pencegahan Stroke Berulang Melalui Pemberdayaan Keluarga dan Modifikasi Gaya Hidup. *Jurnal Abdimas* Volume 22 Nomor 2.
- Black, J. M & Hawks, J. H. (2009). *Keperawatan Medikal Bedah*. Edisi 8 Buku 2. Singapura: PT Salemba Emban Patria.
- Fadlulloh. 2014. Hubungan Tingkat Ketergantungan Dalam Pemenuhan Aktivitas Kehidupan Sehari-hari Dengan Harga Diri Penderita Stroke di Poli Klinik Syaraf RSUD Prof. DR. Margono Soekarjo Purwokerto. *Jurnal Keperawatan Sudirman* Vol 9 No. 2.
- Guyton & Hall (2014). *Keperawatan Medikal Bedah*. Edisi 8 Buku 2. Singapura: PT Salemba Emban Patria.
- Hanan, NA. (2017). Kriteria baru Tekanan Darah dalam *American Heart Association (AHA)*.
- Latifah. (2019). Hubungan Karakteristik Individu dan Dukungan Sosial dengan Perilaku Pencegahan Stroke ; proseding seminar kesehatan perintis Vol 2 no 1 (<https://jurnal.stikesperintis.ac.id>)

- Lemone, P., Burke. KM., Bauldoff, G. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Medical Bedah*. Jakarta: EGC. Vol 4 edisi 5.
- Notoatmodjo S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pujiastuti, R. D. (2011). *Penyakit Pemicu Stroke*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Riskesdas. (2018). *Hipertensi*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Supriani, Asih. (2020). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku Pencegahan Stroke* (<http://ejournal.rajekwesi.ac.id>).
- Sutanto. 2010. *CEKAL Penyakit Modern Hipertensi, Stroke, Jantung, Kolesterol, dan Diabetes*. Yogyakarta : ANDI
- Triyanto, E. (2014). *Pelayanan Keperawatan Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu. Cetakan 1.
- Widyanto, F. C & Triwibowo. (2013). *Trend Disease Trend Penyakit Saat Ini*. Jakarta : TIM.