EDUKASI KESEHATAN PENATALAKSANAAN HIPERTENSI DAN DIABETES MELITUS

Martina Pakpahan[1*], Ni Gusti Ayu Eka[2], Peggy Sara Tahulending[3], Yohanes Gamayana Trimawang Aji[4], Yenny[5]

[1-3]Universitas Pelita Harapan, Tangerang
[4-5]Akademi Perawatan Rs.PGI Cikini, Jakarta

Email Korespondensi: martina.pakpahan@uph.edu

Disubmit: 25 Juli 2022 Diterima: 09 Agustus 2022 Diterbitkan: 01 November 2022
DOI: https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i11.7315

ABSTRAK

Perkembangan penyakit saat ini di dunia termasuk Indonesia telah beralih dari penyakit menular kepada penyakit tidak menular (PTM) seperti Hipertensi, Diabetes Melitus dan Stroke yang terus meningkat dari tahun ke tahun baik di kota maupun di desa. Pendidikan kesehatan kepada masyarakat tentang penatalaksanaan Hipertensi dan Diabetes Melitus perlu terus dilakukan. Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) berupa webinar edukasi kesehatan, dengan tema 'Mengenal Hipertensi dan Diabetes Melitus serta penatalaksanaannya, dilakukan pada 10 September 2020 menggunakan platform *Zoom meeting* dan *Youtube chanel*. Edukasi menggunakan metode ceramah, diskusi dan demonstrasi teknik relaksasi nafas dalam. Kegiatan ini merupakan bagian dari Webinar series dengan tema besar "Promosi Kesehatan Holistik". Webinar bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat melalui upaya promotif, preventif dan kuratif terkait Hipertensi dan Diabetes Melitus. Kegiatan diikuti oleh 321 peserta, dengan mayoritas memiliki karakteristik; perempuan (75%), berdomisili di pulau Jawa (42%), berusia <25 tahun (63%), dan berpendidikan SMA (43%). Terkait status kesehatan diketahui sebanyak 33% peserta memiliki riwayat keluarga dengan hipertensi atau diabetes melitus, 7% peserta terdiagnosa hipertensi, 3% peserta terdiagnosa DM, 21 % peserta overweight dan obesitas, 26% peserta mengonsumsi gula dan garam harían berlebih dan 69% peserta tidak rutin memeriksakan tekanan darah dan gula darah. Hasil tes menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 2,47point dari nilai *Pre-test* (*mean* = 10,46) terhadap nilai *post-test* (*mean*=12,93). Sikap mayoritas peserta yaitu sebanyak 303 (94%) peserta menyatakan bahwa pola hidup sehat penting sebagai pencegahan hipertensi dan diabetes melitus. Edukasi kesehatan terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap peserta dalam penatalaksanaan Hipertensi Dan Diabetes Melitus.

Kata Kunci: Diabetes Melitus, Edukasi Kesehatan, Hipertensi, Penyakit Tidak Menular, Perilaku sehat

ABSTRACT

The current global disease trend, including in Indonesia, has shifted from infectious diseases to non-communicable diseases such as hypertension, diabetes mellitus, and stroke, which continue to rise year after year in both cities and villages. Health education to the public about the management of

Hypertension and Diabetes Mellitus needs to be continued. Community Service Activities (PkM) in the form of health education, with the theme of health education on Hypertension and Diabetes management, were held on September 10, 2020, using the Zoom meeting platform and Youtube channel. Education through lecture methods, discussions, and demonstrations of deep breathing relaxation techniques. This activity is part of a Webinar series with the big theme "Holistic Health Promotion". The webinar aims to increase public awareness through promotive, preventive, and curative efforts related to Hypertension and Diabetes Mellitus. The activity was attended by 321 participants, with the majority having the characteristics; female (75%), domiciled in Java (42%), aged <25 years (63%), and high school education (43%). Regarding health status, it was known that 33% of participants had a family history of hypertension or diabetes mellitus, 7% of participants were diagnosed with hypertension, 3% of participants were diagnosed with DM, 21% of participants were overweight and obese, 26% of participants consumed excess daily sugar and salt and 69% of participants did not regularly check-up blood pressure and blood sugar. The test results showed an increase in knowledge of 2.47 points from the pre-test value (mean = 10.46) to the post-test value (mean = 12.93). The attitude of the majority of participants, as many as 303 (94%) participants stated that a healthy lifestyle is important as an intervention for hypertension and diabetes mellitus. Health education is proven to increase the knowledge and attitudes of participants in the management of Hypertension and Diabetes Mellitus.

Keywords: *Diabetes Mellitus, Health Education, Hypertension, Non-Communicable Diseases, Healthy Behavior*

1. PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular menjadi penyakit terbanyak saat ini sekaligus penyebab kematian utama didunia. Data *World Health Organization* tahun 2021 menunjukkan bahwa setiap tahunnya, penyakit tidak menular (PTM) membunuh 41 juta atau sebesar 71% dari semua kematian secara global; dimana lebih dari 15 juta orang meninggal pada usia 30 dan 69 tahun. Sebanyak 85% dari kematian "prematur" terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Penyakit kardiovaskul menyebabkan kematian sebesar 17,9 juta orang setiap tahun, kanker sebesar 9,3 juta, penyakit pernapasan sebesar 4,1 juta, dan diabetes melitus (DM) sebesar 1,5 juta, sehingga keempat hal ini menyumbang lebih dari 80% dari semua kematian dini PTM (World Health Organization, 2021).

Hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018, melaporkan prevalensi Hipertensi, DM, stroke, penyakit ginjal kronis, dan kanker, mengalami peningkatan bila dibandingkan di tahun 2013. Prevalensi kanker meningkat dari 1,4% menjadi 1,8%; prevalensi stroke meningkat dari 7% menjadi 10,9%; dan penyakit ginjal kronik meningkat dari 2% menjadi 3,8%. Berdasarkan pemeriksaan gula darah, penderita DM meningkat dari 6,9% menjadi 8,5%; dan dari hasil pengukuran tekanan darah, penderita hipertensi meningkat dari 25,8% menjadi 34,1% (Kementerian Kesehatan, 2018).

Kenaikan kasus PTM dipengaruhi oleh pola hidup tidak sehat, seperti merokok, kurangnya aktivitas fisik, rendahnya konsumsi buah dan sayur dan konsumsi alkohol. Prevalensi merokok pada remaja (usia 10-18 tahun) sejak

tahun 2013 terus meningkat, yaitu sebesar 7,2% (Riskesdas, 2013), 8,8% (Sirkesnas, 2016) dan 9,1% (Riskesdas, 2018). Data proporsi konsumsi minuman beralkohol meningkat dari 3% menjadi 3,3%, dimana sebanyak 0,8% mengonsumsi minuman beralkohol berlebihan, proporsi kurangnya aktivitas fisik meningkat dari 26,1% menjadi 33,5%, dan proporsi rendahnya konsumsi buah dan sayur masih menjadi masalah yaitu sebesar 95,5% (Kementerian Kesehatan, 2018).

Kegiatan PkM dengan tema 'Mengenal Hipertensi dan Diabetes Melitus serta penatalaksanaannya dilakukan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terkait Hipertensi dan Diabetes Melitus (DM) melalui upaya promotif, preventif dan kuratif.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Dari analisis situasi didapatkan permasalahan yaitu:

- Hasil riset kesehatan dasar/Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi PTM mengalami kenaikan jika dibandingkan dengan Riskesdas 2013. Diabetes melitus naik dari 6,9% menjadi 8,5%; dan Hipertensi naik dari 25,8% menjadi 34,1%1.
- Peningkatan penyakit tidak menular ini berhubungan dengan pola hidup yang juga turut meningkat sejak tahun 2013, prevalensi merokok pada remaja (10-18 tahun) yaitu 7,2% (Riskesdas 2013), 8,8% (Sirkesnas 2016) dan 9,1%1, konsumsi minuman beralkohol pun meningkat dari 3% menjadi 3,3%, proporsi aktivitas fisik kurang meningkat dari 26,1% menjadi 33,5%, 0,8% konsumsi minuman beralkohol berlebihan, dan proporsi konsumsi buah dan sayur kurang yaitu sebesar 95,5%1.
- Kondisi pandemi Covid-19, semakin mendorong untuk mengontrol komorbid seperti hipertensi dan DM yang dapat memperburuk imunitas dan kondisi yang terinfeksi.

Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan
(Sumber: https://www.lediknas.com/provinsi-kabupaten-dan-kota-di-indonesia/)

3. KAJIAN PUSTAKA

Terdapat banyak faktor resiko hipertensi baik yang dapat dimodifikasi maupun yang tidak dapat dimodifikasi. Usia, riwayat merokok; jumlah jam yang dihabiskan untuk berjalan/bersepeda per hari; jumlah jam yang dihabiskan untuk menonton TV per hari; riwayat diabetes;konsumsi garam berlebih; dan indeks massa tubuh adalah prediktor hipertensi yang signifikan secara statistik (Anteneh et al., 2015). Penelitian yang dilakukan Laxmaiah et al., (2015) menemukan bahwa faktor usia, melek huruf, aktivitas fisik, konsumsi tembakau, alkohol dan obesitas secara signifikan berhubungan dengan hipertensi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Pakpahan et al., (2021) mengenai faktor-faktor resiko hipertensi yang dapat dimodifikasi menemukan bahwa Indeks Massa Tubuh (IMT) dan lingkar perut secara signifikan berhubungan dengan level hipertensi.

Penelitian yang dilakukan Malik et al., (2014) menemukan bahwa pengetahuan seseorang mengenai hipertensi turut memengaruhi kepatuhan dalam mengontrol tekanan darah dan mengikuti pengobatan hipertensi. Penelitian yang dilakukan Osuala. et al., (2014) menemukan bahwa sikap seseorang berkorelasi positif terhadap pencegahan hipertensi. Kesadaran seseorang bahwa gaya hidup dan perilaku memengaruhi kesehatan secara signifikan dapat meningkatkan tanggung jawabnya untuk menghindari perilaku berisiko tinggi (Osuala. et al., 2014). Oleh karena itu, pendidikan kesehatan diperlukan untuk meningkatkan *self-awareness* untuk gaya hidup yang lebih sehat. Program pendidikan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan, manajemen diri, dan mengendalikan gaya hidup yang merugikan penderita hipertensi (Beigi et al., 2014). Program pengajaran yang terstruktur sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik tentang hipertensi (Girija & Kokilavani, 2014).

4. METODE

Kegiatan PkM berupa ‘Webinar Mengenal Hipertensi dan Diabetes Melitus serta Penatalaksanaannya”,menggunakan *Zoom Meeting* dan *Youtube* dengan target peserta adalah masyarakat umum. Kegiatan PkM merupakan bagian dari Webinar series dengan tema besar “Promosi Kesehatan Holistik” yang dilaksanakan oleh Fakultas Keperawatan UPH bersama Akper Rs PGI Cikini.

Metode kegiatan ini merupakan pendidikan kesehatan dalam bentuk Webinar dengan tema ‘Mengenal Hipertensi dan Diabetes Melitus serta penatalaksanaannya. Kegiatan ini merupakan bagian dari Webinar series dengan tema besar “Promosi Kesehatan Holistik”. Kegiatan Webinar dibagi dalam 3 sesi, masing-masing selama 30 menit, yaitu; Sesi 1-Mengenal Hipertensi dan Diabetes melitus, Sesi 2-Penatalaksanaan Hipertensi, Sesi 3-Penatalaksanaan Diabetes Melitus. Sesi 1 dengan pembicara dr. Jeremia Imanuel Siregar (Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan dan Dokter Spesialis Penyakit Dalam di *Siloam Hospital Lippo Village*), Sesi 2 dengan pembicara Bapak Yohanes Gamayana (Dosen Akademi perawatan Rs. PGI Cikini) dan sesi 3 dengan pembicara Ibu Fiolenty Sitorus (Dosen Fakultas Keperawatan Universitas Pelita Harapan). Pada sesi 2 dan 3, penatalaksanaan Hipertensi dan DM dijelaskan bentuk upaya promotif, preventif dan rehabilitatif, seperti pola hidup sehat, Teknik rileksasi nafas dalam dan berpikir positif, senam kaki pada penderita DM, diet sehat Hipertensi dan DM dan takaran konsumsi garam dan gula harian yang sehat.

Indikatior keberhasilan kegiatan yaitu; adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah edukasi diberikan, dan penilaian akhir yang tinggi (point 4-5) dari peserta terhadap keseluruhan kegiatan webinar. Kepada peserta diberikan *Pre-test* sebelum edukasi sesi 1 dan *post-test* setelah edukasi sesi 3. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan nilai *post- test* terhadap *pre-test*. Peserta juga diberikan link evaluasi untuk menilai keseluruhan kegiatan webinar.

5. HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

a. Hasil Kegiatan

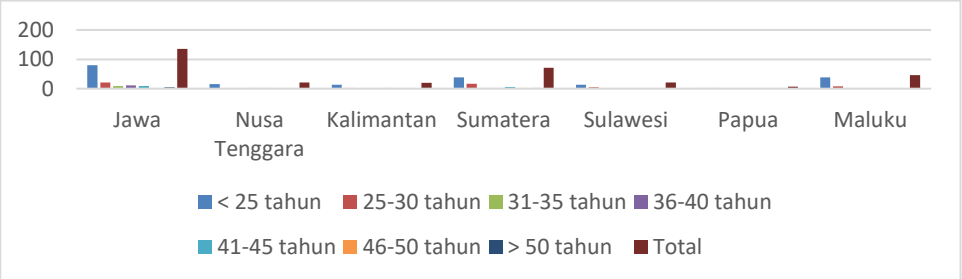
PkM dilakukan secara daring dalam bentuk Webinar diadakan pada tanggal 10 September 2020 pada pukul 10.00-12.00 WIB menggunakan *platform Zoom meeting* dan *Youtube chanel*. Peserta adalah masyarakat umum yaitu sebanyak 321orang.

Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan

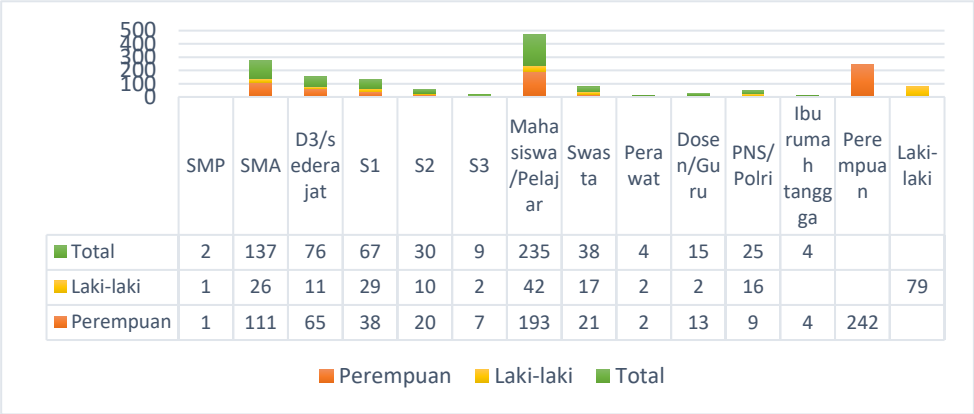
Kegiatan Hasil kegiatan PkM ini diuraikan dalam enam bagian yaitu: (1) karakteristik peserta, (2) status kesehatan, (3) faktor resiko, (4) pengetahuan, (5) sikap dan (6) perilaku terkait Hipertensi dan DM.

Karakteristik Peserta

Pada gambar 3 dan 4, diketahui mayoritas peserta yaitu sebanyak 135 (42%) peserta berdomisili di pulau Jawa, 201 (63%) peserta berusia <25 tahun, 242 (75%) peserta adalah perempuan, sebanya 137 (43%) peserta adalah SMA, dan sebanyak 235 (73%) peserta adalah mahasiswa/pelajar.



Gambar 3. Distribusi Domisili dan Usia Peserta

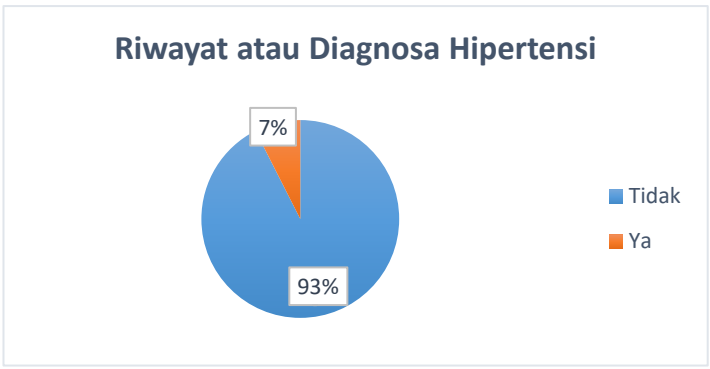


	SMP	SMA	D3/sederajat	S1	S2	S3	Mahasiswa/Pelajar	Swasta	Perawat	Dosen/Guru	PNS/Polri	Ibu rumah tangga	Perempuan	Laki-laki
Total	2	137	76	67	30	9	235	38	4	15	25	4		
Laki-laki	1	26	11	29	10	2	42	17	2	2	16			79
Perempuan	1	111	65	38	20	7	193	21	2	13	9	4	242	

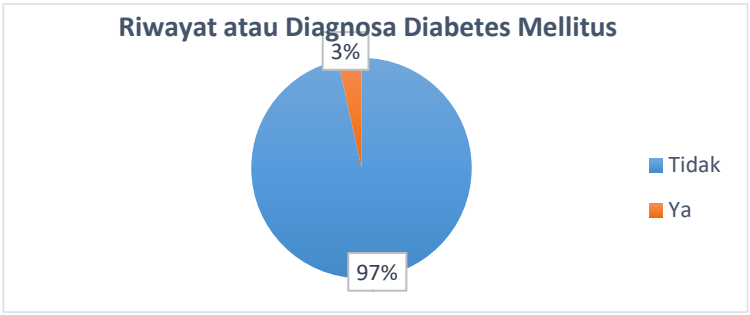
Gambar 4. Distribusi Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan Dan Profesi Peserta

Status Kesehatan

Pada gambar 5 dan 6 diketahui status kesehatan peserta, dimana mayoritas peserta webinar tidak memiliki riwayat atau diagnosa Hipertensi (93%) dan tidak memiliki riwayat atau diagnosa DM (97%).



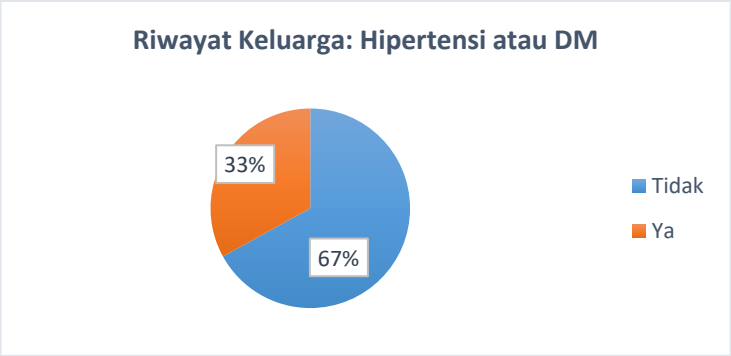
Gambar 5. Distribusi Riwayat atau Terdiagnosa Hipertensi Peserta



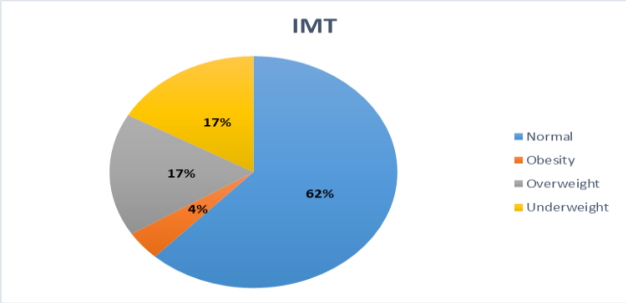
Gambar 6. Distribusi Riwayat atau Terdiagnosa DM Peserta

Faktor Resiko

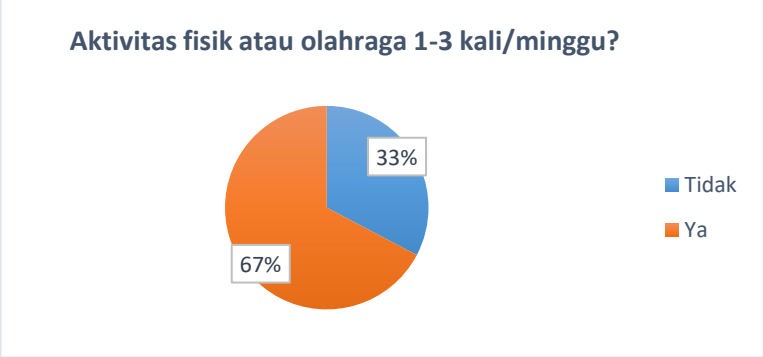
Pada gambar 7-12, diketahui gambaran faktor resiko Hipertensi dan DM yang dimiliki peserta; riwayat HT dan DM pada keluarga (33%), IMT *overweight* dan obesitas (21 %), aktivitas fisik kurang (33%), konsumsi gula dan garam berlebih (26%), perilaku atau riwayat merokok (7%) dan tidak rutin kontrol tekanan darah/gula darah (69%).



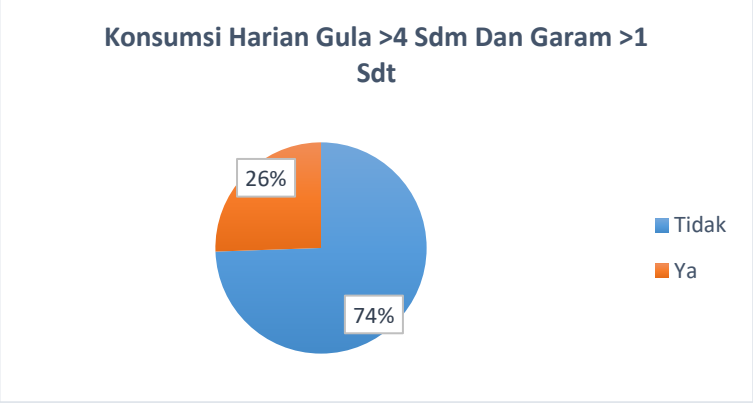
Gambar 7. Distribusi Riwayat Hipertensi atau DM pada Keluarga



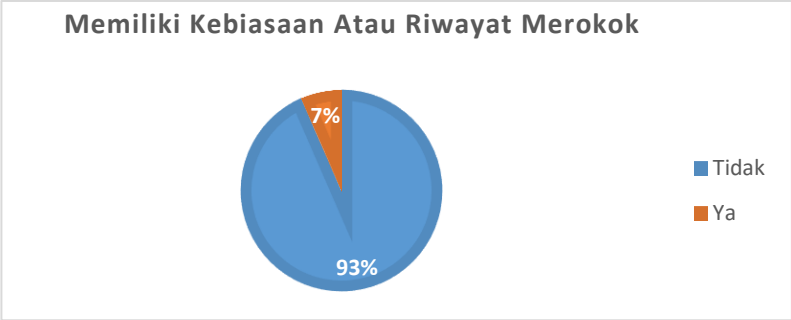
Gambar 8. Distribusi Index Massa Tubuh (IMT) peserta



Gambar 9. Distribusi Aktivitas Fisik Peserta



Gambar 10. Distribusi Konsumsi Harian Gula Dan Garam Peserta



Gambar 11. Distribusi Riwayat Merokok Peserta

Gambar 12. Distribusi Monitor Tekanan dan Gula Darah Peserta

Pengetahuan

Hasil *pre-test* dan *post-test* peserta pada saat webinar dapat dilihat dalam tabel 1 dan 2. Pada tabel 1 diketahui bahwa pengetahuan peserta meningkat disemua pertanyaan. Pertanyaan dengan peningkatan yang signifikan (>20%) pada pertanyaan nomor 2, 3,4 dan 5.

Tabel 1. Distribusi Jawaban Benar Peserta pada *Pre-Test* & *Post-Test*

Pertanyaan	Hasil *Pre-test* (n=274)	Hasil *Post-test* (n=290)	Peningkatan
Faktor-faktor risiko hipertensi	243 (89%)	270 (93%)	4 %
Definisi hipertensi	167 (61%)	243 (84%)	23%
Gejala Hipertensi	168 (61%)	241 (83%)	22 %
Kriteria diagnosis diabetes	121 (44%)	216 (74%)	30%
Komplikasi Diabetes	163 (60%)	241 (83%)	23%
Faktor risiko Hipertensi yang tidak dapat dimodifikasi	208 (76%)	261 (90%)	14%
Tips sehat hipertensi	225 (82%)	270 (93%)	11%
Pengaturan pola makan penderita hipertensi	210 (77%)	253 (87%)	10%
Tips kendalikan hipertensi dengan prinsip patuh	215 (79%)	259 (89%)	10%

Pertanyaan	Hasil *Pre-test* (n=274)	Hasil *Post-test* (n=290)	Peningkatan
pencegahan hipertensi dengan prinsip cerdik	211 (77%)	251 (87%)	10%
Prinsip penatalaksanaan nutrisi pada penderita diabetes	178 (65%)	243 (84%)	19%
Perawatan Kaki pada penderita Diabetes	197 (72%)	251 (87%)	15%
Pilar penanganan Diabetes	162 (59%)	220 (76%)	17%
Senam Diabetes	221 (81%)	268 (92%)	11%
Klasifikasi diabetes	204 (74%)	264 (91%)	17%

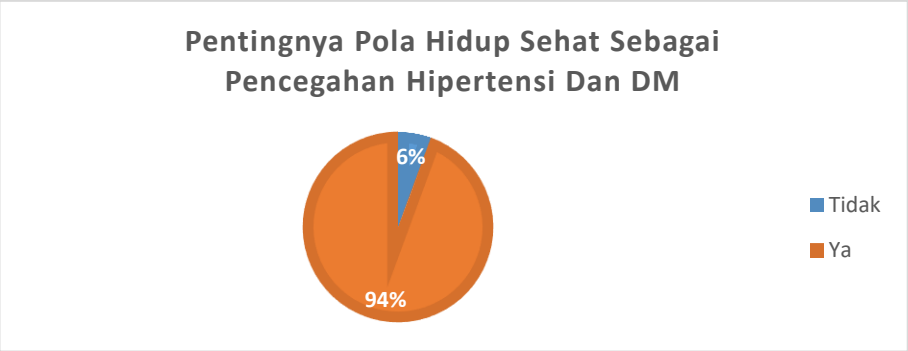
Tabel 2. Gambaran Pengetahuan Peserta

Sesi Test	n	*Mean*	Peningkatan
Pre-test	274	10,46	2,47
Post-test	290	12,93	

Pada tabel 2 diketahui bahwa pengetahuan peserta meningkat setelah edukasi diberikan yaitu sebesar 2,47 poin.

Sikap

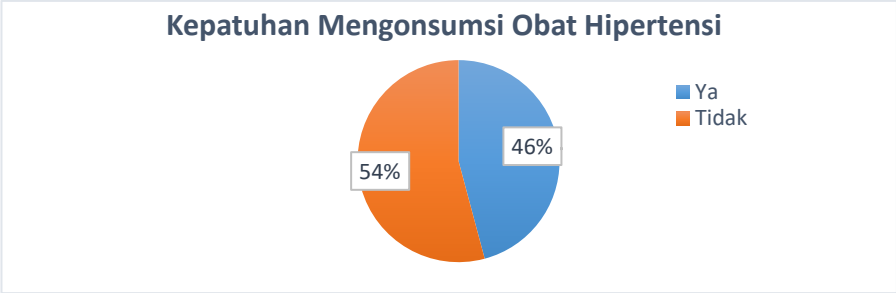
Gambaran sikap peserta tersaji pada gambar 13, diketahui sebanyak 303 (94%) peserta menyatakan bahwa pola hidup sehat penting sebagai pencegahan hipertensi dan diabetes melitus dan 18 (6%) peserta menyatakan bahwa pola hidup sehat tidak penting sebagai pencegahan hipertensi dan diabetes melitus.



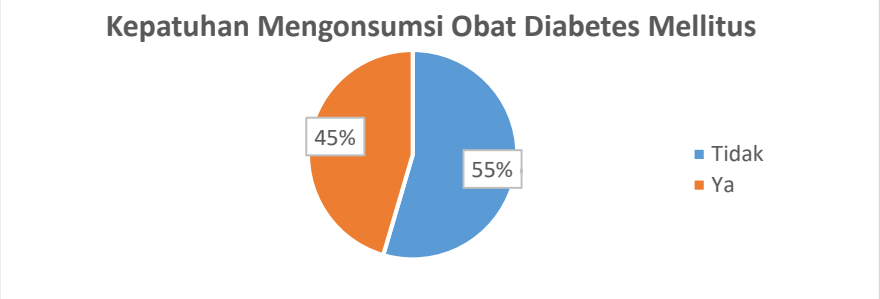
Gambar 13. Distribusi Sikap Peserta Tentang Pentingnya Pola Hidup Sehat

Perilaku

Pada gambar 13 dan 14 diketahui gambaran perilaku peserta terkait kepatuhan mengonsumsi obat Hipertensi dan obat DM. Diketahui dari 24 peserta yang memiliki diagnosa dan riwayat hipertensi, sebanyak 54% peserta tidak patuh mengonsumsi obat hipertensi dan sebanyak 55% peserta tidak patuh mengonsumsi obat DM.



Gambar 13. Distribusi Kepatuhan Konsumsi Obat Hipertensi Peserta



Gambar 14. Distribusi Kepatuhan Konsumsi Obat DM Peserta

Keberhasilan Kegiatan (Evaluasi)

Kegiatan PkM melalui edukasi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap peserta dalam mengenal Hipertensi dan DM serta penatalaksanaannya. Hal ini dapat dilihat dari rerata nilai *post-test* yang meningkat sebesar 2,47-point bila dibandingkan dengan nilai *pre-test*. Peningkatan pengetahuan terjadi pada ke 15 pertanyaan yang diberikan terutama pada pertanyaan terkait definisi hipertensi, gejala Hipertensi, kriteria diagnosis diabetes dan komplikasi DM. Gambaran mayoritas sikap peserta yang menyatakan bahwa pola hidup sehat penting sebagai pencegahan hipertensi dan DM.

Evaluasi diberikan peserta diakhir acara dengan 5 pertanyaan menggunakan pilihan jawaban skala likert 1-5, dimana 1 sebagai nilai terendah dan 5 nilai tertinggi. Secara umum kegiatan webinar ini berjalan dengan baik. Mayoritas peserta yaitu sebanyak 153 (52,8%) peserta memberikan nilai 5 untuk kualitas audiovisual, sebanyak 206 (71%) peserta memberikan nilai 5 untuk materi sesuai permasalahan kesehatan yang dialami dan pembicara menyampaikan materi dengan baik dan mudah untuk dipahami, dan sebanyak 179 (61,7%) peserta memberikan nilai 5 untuk sesi tanya jawab berjalan dengan efektif dan pertanyaan dijawab dengan baik. Saran dan masukan yang diberikan peserta diakhir kegiatan yaitu agar webinar diadakan berkelanjutan.

b. Pembahasan

Hasil penelitian kajian literature yang dilakukan Rumahorbo et al., (2020) didapatkan bahwa Hipertensi pada lansia disebabkan oleh faktor-faktor yang tidak dapat dimodifikasi, yaitu; riwayat keluarga, ras dan usia dan faktor-faktor yang dapat dimodifikasi, yaitu; obesitas, aktivitas fisik, stres dan nutrisi. Penelitian yang dilakukan Laxmaiah et al., (2015) menemukan bahwa faktor usia, melek huruf, aktivitas fisik, konsumsi tembakau, alkohol dan obesitas secara signifikan berhubungan dengan hipertensi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Pakpahan et al.,

(2021) mengenai faktor-faktor resiko hipertensi yang dapat dimodifikasi menemukan bahwa Indeks Massa Tubuh (IMT) dan lingkar perut secara signifikan berhubungan dengan level hipertensi. Stress juga berkaitan dengan level Hipertensi (Gusti et al., 2022).

Pendidikan kesehatan mengenai hipertensi dapat meningkatkan pengetahuan pasien tentang hipertensi (Malik et al., 2014). Pengetahuan seseorang mengenai hipertensi turut memengaruhi kepatuhan penderita hipertensi dalam mengontrol tekanan darah dan mengikuti pengobatan hipertensi, oleh karena itu pendidikan kesehatan mengenai hipertensi penting dilakukan (Malik et al., (2014), Harahap, D. A et al., 2019)). Penelitian lainnya menemukan adanya hubungan pengetahuan keluarga dengan perilaku dalam mengontrol hipertensi pada pasien rawat jalan (Nainggolan et al., 2021). Oleh karena itu, edukasi pada keluarga penting dilakukan untuk mendukung anggota keluarga yang menderita hipertensi. Penelitian yang dilakukan Prasetiya (2015) menunjukkan bahwa setelah dilakukan penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan keluarga tentang penyakit hipertensi. Selain dukungan keluarga, motivasi dan peran kader kesehatan turut memengaruhi perilaku pengendalian hipertensi (Setiyaningsih, 2019).

Penelitian yang dilakukan Osuala. et al., (2014) menemukan bahwa sikap seseorang berkorelasi positif terhadap pencegahan hipertensi. Penerapan sikap positif sebagai salah satu upaya yang penting dilakukan penderita hipertensi untuk meminimalkan frekuensi kekambuhan hipertensi (Ainiyah, N., & Wijayanti, 2019). Kesadaran seseorang bahwa gaya hidup dan perilaku memengaruhi kesehatan secara signifikan dapat meningkatkan tanggung jawabnya untuk menghindari perilaku berisiko tinggi (Osuala. et al., 2014). Oleh karena itu, edukasi kesehatan berperan dalam meningkatkan *self-awareness* untuk gaya hidup lebih sehat.

Edukasi kesehatan yang efektif penting untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik tentang hipertensi. Metode edukasi audiovisual dapat meningkatkan manajemen diri pada pasien hipertensi (Keperawatan Silampari Volume et al., 2019). Penelitian yang dilakukan (Kansil et al., 2019) menunjukkan bahwa metode edukasi dengan FGD sangat efektif digunakan untuk meningkatkan kepatuhan minum obat penderita hipertensi.

6. KESIMPULAN

Kegiatan PkM berjalan baik dan mencapai tujuan kegiatan dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap peserta (masyarakat) dalam mengenal Hipertensi dan Diabetes Melitus serta penatalaksanaanya. Edukasi kesehatan terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap peserta dalam penatalaksanaan Hipertensi dan Diabetes Melitus, karena itu edukasi dapat dilakukan berkelanjutan sebagai upaya promotif dan preventif bagi masyarakat. Selain itu dapat dilakukan kegiatan PkM lanjutan terkait pelatihan tatalaksana non farmakologis Hipertensi dan DM. Penelitian *sistematic literature review* terkait efektivitas berbagai métodо edukasi kesehatan terhadap kepatuhan penderita Hipertensi dan DM dalam program pengobatan dapat juga dilakukan.

Ucapan Terimakasih

Penulis berterimakasih kepada LPPM Universitas Pelita Harapan yang telah mendanai kegiatan PkM (No PkM: PM-077-FoN/I/2020) dan atas kerjasama yang terjalin baik antara Fakultas Keperawatan UPH dengan Akademi Perawatan Rs. PGI Cikini.

7. DAFTAR PUSTAKA

Ainiyah, N., & Wijayanti, L. (2019). Hubungan Sikap Tentang Hipertensi Dengan Frekuensi Kekambuhan Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Rw 06 Karah Kecamatan Jambangan Surabaya. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, *5*(1), 47–53. https://doi.org/10.33023/JIKEP.V5I1.214

Anteneh, Z. A., Yalew, W. A., & Abitew, D. B. (2015). Prevalence and correlation of hypertension among adult population in Bahir Dar city, northwest Ethiopia: A community based cross-sectional study. *International Journal of General Medicine*, *8*, 175–185. https://doi.org/10.2147/IJGM.S81513

Beigi, M. A. B., Zibaeenezhad, M. J., Aghasadeghi, K., Jokar, A., Shekarforoush, S., & Khazraei, H. (2014). The effect of educational programs on hypertension management. *International Cardiovascular Research Journal*, *8*(3), 94–98. /pmc/articles/PMC4109043/

Girija, M., & Kokilavani, N. (2014). Effectiveness of Structured Teaching Programme on Knowledge, Attitude and Practice among Patients with Hypertension. *Asian Journal of Nursing Education and Research*, *4*(1), 136–139. https://www.indianjournals.com/ijor.aspx?target=ijor:ajner&volume=4&issue=1&article=029

Gusti, N., Eka, A., Veronika, M., Florensa, A., & Pakpahan, M. (2022). Stress associated with hypertension in middle-age and elderly in Binong, Tangerang. *Bali Medical Journal*, *11*(2), 547–550. https://doi.org/10.15562/BMJ.V11I2.3356

Harahap, D. A., Aprilla, N., & Muliati, O. (2019). Hubungan Pengetahuan Penderita Hipertensi Tentang Hipertensi Dengan Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kampa Tahun 2019. *Jurnal Ners*, *3*(2), 97–102. https://doi.org/10.31004/JN.V3I2.493

Kansil, J. F., Katuuk, M. E., Regar, M. J., Studi, P., Keperawatan, I., & Kedokteran, F. (2019). Pengaruh Pemberian Edukasi Dengan Metode Focus Group Discussion Terhadap Kepatuhan Minum Obat Penderita Hipertensi Di Puskesmas Tahuna Barat. *Jurnal Keperawatan*, *7*(1). https://doi.org/10.35790/JKP.V7I1.24336

Kementerian Kesehatan. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf

Kementerian Kesehatan RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*.

Kementerian Kesehatan RI. (2016). *Survei Indikator Kesehatan Nasional (SIRKESNAS) Tahun 2016*.

Keperawatan Silampari Volume, J., Jumaiyah, W., Studi Ilmu Keperawatan, P., & Tri Mandiri Sakti Bengkulu, S. (2019). Efektivitas Metode Edukasi Audiovisual terhadap Self Management pada Pasien

Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, *3*(1), 221–233. https://doi.org/10.31539/JKS.V3I1.770

Laxmaiah, A., Meshram, I. I., Arlappa, N., Balakrishna, N., Mallikharjuna Rao, K., Reddy, C. G., Ravindranath, M., Kumar, S., Kumar, H., & Brahmam, G. N. V. (2015). Socio-economic & demographic determinants of hypertension & knowledge, practices & risk behaviour of tribals in India. *Indian Journal of Medical Research*, *142*(May), 697–708. https://doi.org/10.4103/0971-5916.159592

Malik, A., Yoshida, Y., Erkin, T., Salim, D., & Hamajima, N. (2014). Hypertension-related knowledge, practice and drug adherence among inpatients of a hospital in Samarkand, Uzbekistan. *Nagoya Journal of Medical Science*, *76*(3–4), 255–263. https://doi.org/10.18999/nagjms.76.3-4.255

Nainggolan, E., Sopacua, G., Lodiay, R., Pakpahan, M., & Purimahua, D. I. (2021). The Correlation Of Family Knowledge And Behavior In Controlling Hypertension In Patients At Outpatient Department. *International Journal of Nursing and Midwifery Science (IJNMS)*, *5*(2), 149–156. https://doi.org/10.29082/IJNMS/2021/VOL5/ISS2/353

O., O. E., Abimbola, O. O., & S., K. (2014). Knowledge, attitude to hypertension and lifestyle habits of rural dwellers in Owerre-Nkwoji, Imo State Nigeria. *Journal of Public Health and Epidemiology*, *6*(1), 48–51. https://doi.org/10.5897/JPHE2013.0596

Pakpahan, M., Eka, N. G. A., & Florensa, M. V. A. (2021). The Correlation Between Modifiable Risk Factors and Hypertension Level in Middle Age and Elderly. *Annals of Tropical Medicine and Public Health (Aotmph)*, *7*(1). https://www.aotmph.org/fulltext/9615

Prasetiya, C. H. (2015). Efektifitas Pendidikan Kesehatan terhadap Peningkatan Pengetahuan Keluarga tentang Hipertensi. *Mutiara Medika: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, *15*(1), 67–74. https://doi.org/10.18196/MMJKK.V15I1.2496

Rumahorbo, L. J., Fanggidae, R. S., Pakpahan, M., & Purimahua, D. I. (2020). Kajian Literatur: Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Lansia [Literature Review: Factors That Affect The Incidence Of Hypertension In Elderly]. *Nursing Current: Jurnal Keperawatan*, *8*(1), 1–18. https://doi.org/10.19166/NC.V8I1.2711

Setiyaningsih, R. (2019). (2019). Pengaruh Motivasi, Dukungan Keluarga Dan Peran Kader Terhadap Perilaku Pengendalian Hipertensi | Indonesian Journal on Medical Science. *Indonesian Journal On Medical Science, 6(1)*. http://ejournal.poltekkesbhaktimulia.ac.id/index.php/ijms/article/view/173

World Health Organization. (2021). *Non Communicable Diseases*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases