



# Pengaruh Konseling melalui Media Sosial terhadap Pengetahuan dan Praktik Pengelolaan Hipertensi

## The influence of Counselling through Social Media to knowledge and practice of the management of Hypertension

Rina Mitasari<sup>1</sup>, heryudarini Harahap<sup>2</sup>, Sri Desfita<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat, STIKes Hang Tuah Pekanbaru

### ABSTRACT

Hypertension as one of the "comorbidity" of heart disease, the prevalence was adequate highly in Indonesia. Health officers in public health care are rarely conduct health promotion as an efforts to manage hypertension because of they are more focus to doing the curative intervention beside the preventative and promoting. The purpose of the study was to find out the influence of counselling through social media to knowledge and practice of the management of hypertension. This was a quantitative study that used Non Randomized Quasi Experiments design and Control Group Pretest Posttest approach. . The sample was 52 people with consecutive sampling techniques. The data analysis did to knowledge and practices variables before and after the intervention was performed. The data analyze was used paired t test and independent t test. The result showed that there was mean average of knowledge of social media group was higher than the conventional group. There was no significant difference of hypertension managing practice mean average between social media group and the conventional group in pre-posttest scores. This research is a great alternative of health education in health promotion programs to enhance knowledge in managing hypertension disease independently one to control high blood pressure.

### ABSTRAK

Penyakit hipertensi sebagai salah satu komorbiditas dari penyakit jantung, dinilai cukup tinggi di Indonesia. Upaya pengelolaan hipertensi di puskesmas salah satunya dengan promosi kesehatan yang dilakukan tenaga kesehatan. Namun minimnya promotif dan preventif dari petugas puskesmas dikarenakan banyaknya tindakan kuratif yang harus di kerjakan. Tujuan penelitian ini yaitu diketahuinya pengaruh konseling melalui media sosial terhadap pengetahuan dan praktik pengelolaan hipertensi. Jenis penelitian adalah kuantitatif dengan menggunakan desain Quasi Eksperimen Non Randomized Control Group Pretest Posttest. Sampel pada penelitian adalah 52 orang yang berusia produktif dengan teknik consecutive sampling. Analisis data yang digunakan yaitu paired t test dan independent t test. Hasil penelitian diperoleh yaitu lebih tinggi rata-rata variabel pengetahuan pada kelompok media sosial dibandingkan kelompok konvensional. Tidak ada perbedaan rata-rata yang bermakna praktik pengelolaan hipertensi skor pre maupun posttest pada kelompok konvensional dan kelompok media sosial. Penelitian ini merupakan alternatif promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dalam mengelola penyakit hipertensi secara mandiri untuk mengontrol tekanan darah tinggi.

**Keywords :** Hypertension, Conventional Counselling, Social Media Counselling, knowledge and practice of the management

**Kata Kunci :** Hipertensi, Konseling Konvensional, Konseling Media Sosial, Pengetahuan, Praktik Pengelolaan

**Correspondence :** Rina Mitasari, Jl. Merak Utama Blok D6. Tangkerang Selatan Kota Pekanbaru  
Email : rinrina\_mitasari@yahoo.com, 0821 7228 5826

• Received 24 Januari 2019 • Accepted 13 Maret 2019 • p - ISSN : 2088-7612 • e - ISSN : 2548-8538 •

DOI: <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol5.Iss1.338>

## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan silent killer. Berdasarkan data yang dirilis American Heart Association (AHA), gejala dapat bervariasi pada masing-masing individu dan hampir sama dengan gejala penyakit lainnya. Laporan World Health Organization (WHO) tahun 2013 jumlah penyakit hipertensi meningkat dari 7,8 juta orang pada tahun 2009 menjadi 8,4 juta setelah penyakit kardiovaskuler. Diperkirakan pada tahun 2030 penyakit hipertensi mencapai 28 juta orang dan 19 juta orang diantaranya meninggal akibat hipertensi (Kemenkes, 2013). Hipertensi di Indonesia terjadi penurunan pada tahun 2013. Hal ini terlihat dari awalnya 31,7 persen tahun 2007 menjadi 25,8 persen pada tahun 2013. Kejadian hipertensi pada usia 15-17 tahun sebesar 8,4 persen, usia >18 sebesar 25,8 persen dan usia 30 tahun sebesar 20 persen (Kemenkes RI, 2013). Angka kejadian dan prevalensi hipertensi berbeda di setiap provinsi di Indonesia. Berdasarkan profil Dinas Kesehatan Provinsi Riau tahun 2016, penyakit kedua terbanyak yang dialami oleh pasien puskesmas di Provinsi Riau yaitu hipertensi esensial (primer) yakni sebanyak 12,26 persen. Dari seluruh kabupaten yang ada di Provinsi Riau, Kabupaten Indragiri Hulu termasuk lima besar dengan kasus hipertensi tertinggi. Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Indragiri Hulu selama Tahun 2017, jumlah hipertensi pada usia produktif mengalami peningkatan setiap bulan. Kejadian hipertensi menempati urutan pertama dari 10 besar penyakit yang ada di Kabupaten Inhu. Pada Bulan Oktober 2017 jumlah kasus baru hipertensi mencapai 362 kasus dengan 183 kasus pada usia produktif. Kejadian ini menunjukkan bahwa bukan hanya lansia saja yang dapat terkena hipertensi, usia produktif bisa terkena hipertensi.

Tingginya angka kejadian hipertensi pada usia produktif disebabkan oleh gaya hidup dan pola makan yang tidak sehat. Gaya hidup merupakan faktor yang sangat mempengaruhi kehidupan masyarakat. Sebagaimana yang disampaikan oleh Depkes RI, 2010 dalam (Montol, Pascoal, Pontoh, Manado, & Tomohon, 2015) gaya hidup yang tidak sehat seperti merokok, serta pola makan yang salah seperti tinggi kalori, lemak dan natrium dapat meningkatkan kejadian hipertensi. Dalam upaya untuk mengatasi permasalahan penyakit tidak menular tersebut diperlukan program promosi dan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan adalah upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok atau masyarakat (Notoatmodjo, 2005). Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti, upaya promosi kesehatan yang dilakukan tenaga kesehatan di Puskesmas Sipayung Indragiri Hulu dengan cara penyuluhan dan jarang sekali dilakukan konseling terkait pemberian pendidikan kesehatan terkait hipertensi. Hal ini dikarenakan petugas puskesmas lebih fokus ketindakan kuratif, sehingga minimnya promotif dan preventif di puskesmas

tersebut.

Hasil penelitian (Dewanti, Andrajati, & Supardi, 2017) didapatkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan keterampilan keluarga dengan hipertensi. Salah satu metode pendidikan kesehatan berupa konseling kesehatan merupakan suatu proses 2 arah antara konselor dengan individu, untuk membantu individu mengenali dan mengatasi masalah yang dihadapi individu tersebut (Snetselaar, 2006). Pemberian konseling diperlukan untuk memudahkan pasien mendapatkan informasi yang dibutuhkan terkait pengobatan yang sedang dijalani. Salah satu alternatif adalah penggunaan leaflet agar dapat dibaca pasien dimanapun dan kapanpun. Informasi dalam leaflet diharapkan dapat membantu pasien hipertensi agar patuh terhadap pengobatan yang diberikan dalam mengontrol tekanan darahnya (Dewanti et al., 2017). Seiring dengan perkembangan zaman dan pesatnya perkembangan teknologi itu komunikasi antar manusia dapat dilakukan dengan berbagai alat atau sarana, salah satunya alat komunikasi yang banyak digunakan saat ini adalah internet, handphone, facebook, twitter dan whatsapp. WhatsApp (WA) sebagai salah satu aplikasi media sosial yang paling banyak digunakan di Indonesia setelah Facebook, menjadi sarana yang cukup efisien dalam hal komunikasi (Azhari, 2018).

## METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan desain Quasy Eksperimen Non Randomized Control Group Pretest Posttest untuk mengetahui perubahan pengetahuan dan praktik tentang pengelolaan hipertensi setelah diberikan konseling pada pasien hipertensi. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Sipayung Kabupaten Indragiri Hulu, pada bulan Juli – Agustus 2018. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi yang berada di Puskesmas Sipayung Indragiri Hulu. Tahapan pada penelitian yaitu peneliti mengidentifikasi calon responden dengan cara peneliti menunggu di lokasi penelitian. Kemudian untuk kelompok intervensi, dilakukan pretest dengan cara memberikan kuesioner untuk mengukur pengetahuan dan praktik pengelolaan hipertensi. Konseling dilakukan dengan cara memasukkan responden ke grup whatsapp dan leaflet di unggah pertama kali secara personal chat. Setelah 15 menit dilakukan Posttest ke 1 dengan menggunakan kuesioner yang sama. Setelah 2 minggu diberikan konseling melalui grup whatsapp dilakukan kembali Posttest ke 2 dengan menggunakan kuesioner yang sama. Sampel penelitian dari penelitian ini adalah pasien hipertensi yang berobat di Puskesmas Sipayung Indragiri Hulu. Jumlah sampel minimal adalah 52 responden yang terdiri dari 26 untuk kelompok konseling langsung dan 26 untuk konseling media sosial.

Cara peneliti dalam memilih sampel penelitian yaitu dengan membagi sampel ke kelompok konseling konvensional dan

konseling melalui media sosial dengan cara menanyakan responden menggunakan whatsapp atau tidak. Jika responden menggunakan whatsapp, akan di masukkan ke kelompok konseling melalui media sosial. Responden yang tidak menggunakan whatsapp akan di masukkan ke kelompok konseling konvensional. Peneliti memberikan kuesioner yang terdiri dari 20 pertanyaan untuk variabel pengetahuan, didapatkan ada beberapa pertanyaan yang sebagian kecil dari responden menjawab benar, antara lain tentang, aktivitas fisik, olahraga rutin, kandungan rokok dan berhenti merokok. Kemudian untuk mengukur variabel praktik pengelolaan digunakan kuesioner bersumber dari Riskesdas (2013) berupa pertanyaan terbuka. Analisis data yang di lakukan adalah analisis data pengetahuan dan praktik sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Uji bivariat yang digunakan yaitu uji t, dan uji multivariat yang digunakan adalah Repeated Measure. Peneliti mengurus dan mendapatkan ethical clearance dengan nomor : 010/KEPK/STIKes-HTP/VII/2018 yang menyatakan peneliti telah melalui prosedur kaji etik dan dinyatakan layak untuk dilaksanakan penelitian.

## HASIL

Setelah diberikan intervensi didapatkan bahwa hasil pengetahuan pada pengukuran pertama lebih tinggi pada kelompok konvensional. Setelah dilakukan intervensi selama 2 minggu (posttest 2) di dapatkan hasil pengetahuan pada kelompok konseling media sosial lebih tinggi dibandingkan kelompok konseling konvensional.

Didapatkan bahwa aktivitas berat yang dilakukan responden pada kelompok media sosial terdapat perubahan rata-rata setelah diberikan intervensi. Sedangkan untuk aktivitas ringan maupun aktivitas sedang pada kelompok konvensional dan media sosial tidak ada perubahan aktivitas yang dilakukan responden setelah diberikan intervensi.

Tabel 1

### Distribusi Subjek menurut Pengetahuan dan Praktik Pengelolaan Sebelum dan Sesudah Intervensi

Variabel	Rerata±SD
Pretest Konseling Konvensional	
a) Pengetahuan	8,46 ± 3,023
b) Praktik	42,1058 ± 3,388
Pretest Konseling Media sosial	
a) Pengetahuan	11,58 ± 4,110
b) Praktik	43,375 ± 3,325
Posttest 1 Konseling Konvensional	
a) Pengetahuan	14,23 ± 2,916
Posttest 1 Konseling Media Sosial	
a) Pengetahuan	11,77 ± 4,003
Posttest 2 Konseling Konvensional	
a. Pengetahuan	14,23 ± 2,916
b. Praktik	41,028 ± 2,981
Posttest 2 Konseling Media sosial	
c. Pengetahuan	18,73 ± 2,491
d. Praktik	41,528 ± 3,560

Rata-rata variabel pengetahuan pada pretest kelompok konseling konvensional lebih rendah dibandingkan kelompok media sosial, setelah diberikan konseling rata-rata posttest 1 pada kelompok konseling konvensional mengalami peningkatan dibandingkan kelompok media sosial, tetapi setelah 2 minggu diberikan intervensi rata-rata pengetahuan kelompok konseling media sosial lebih meningkat dibandingkan kelompok konseling konvensional. Pada variabel praktik pengelolaan, skor rata-rata kelompok konseling konvensional lebih beresiko dibandingkan kelompok konseling media sosial. Setelah dilakukan intervensi selama 2 minggu, rata-rata praktik pengelolaan hipertensi hanya sedikit ada perbedaan.

Tabel 2

### Perbedaan Rata-Rata Pretest Variabel Praktik Pengelolaan Hipertensi Kelompok Sosial Media dan Kelompok Konvensional

Variabel	Konvensional		Media Sosial		p value
	Mean	Sd	Mean	Sd	
<b>Pengetahuan</b>					
Pre	8,46	3,023	11,58	4,11	0,03
Post1	14,23	2,916	11,77	4,003	0,014
Post2	14,23	2,916	18,73	2,491	0,00
Post1 – Pre	5,77	0,107	0,19	0,107	0,41
Post2 - Post1	0	0	6,96	1,512	0,00
<b>Praktik</b>					
Pre	42,1058	3,388	43,375	3,326	0,179
Post	41,0288	2,9818	41,528	3,560	0,585
Post-Pre	1,077	1,197	1,846	1,286	0,00

Berdasarkan tabel 2, didapatkan ada perbedaan rata-rata variabel pengetahuan skor pre, posttest 1 dan posttest 2 pada kelompok konvensional dan kelompok media sosial. Tidak ada perbedaan rata-rata yang bermakna praktik pengelolaan hipertensi skor pre maupun posttest pada kelompok konvensional dan kelompok media sosial.

Tabel 3

### Analisis Covariat

Faktor	Pengetahuan		Praktik
	Post 1 – Pre	Post 2 - Post 1	Post – Pre
Pendidikan	0,182	0,655	0,077
Pekerjaan	0,499	0,077	0,16
Jenis Kelamin	0,398	0,558	0,983
Usia	0,965	0,027	0,008

Berdasarkan tabel 3 bahwa hanya faktor usia berinteraksi dengan variabel praktik pengelolaan hipertensi dengan nilai p value 0,008 (<0,05). Sedangkan faktor pendidikan, pekerjaan dan jenis kelamin tidak ada interaksi dengan variabel pengetahuan dan praktik di buktikan p value >0,05.

## PEMBAHASAN

Setelah diberikan intervensi didapatkan bahwa hasil pengetahuan pada pengukuran pertama lebih tinggi pada kelompok konvensional. Hal ini disebabkan karena pada kelompok konseling konvensional, mendapatkan informasi

secara langsung kepada peneliti sehingga ada feedback antara peneliti dan responden, sedangkan kelompok sosial media hanya membaca materi yang di berikan melalui whatsapp dan waktu membaca yang tidak lama sehingga responden belum memahami informasi yang diberikan. Setelah dilakukan intervensi selama 2 minggu (posttest 2) di dapatkan hasil pengetahuan pada kelompok konseling media sosial lebih tinggi dibandingkan kelompok konseling konvensional, hal ini dikarenakan kelompok konseling media sosial yang setiap hari di beri informasi dan diskusi sehingga informasi diterima baik oleh responden.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap skor dari variabel pengetahuan dari kelompok media sosial maupun kelompok konvensional. Nilai signifikansi dari pengukuran didapatkan hasil p value < 0,05. Pemberian konseling diperlukan untuk memudahkan pasien mendapatkan informasi yang dibutuhkan terkait pengobatan yang sedang dijalani. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan adalah faktor intern yang mempengaruhi terbentuknya perilaku. Perilaku seseorang tersebut akan berdampak pada status kesehatannya (Notoatmodjo, 2007). Kelebihan dan fungsi whatsapp salah satunya memiliki fitur yang komplit, karena dengan whatsapp dapat berkirim teks, gambar, video, suara, dan bisa berbagai lokasi GPS, sehingga orang bisa berkomunikasi secara bersama-sama dalam kurun waktu yang bersamaan tanpa harus bertemu. Beberapa orang bisa melakukan diskusi di dalam sebuah grup whatsapp.

Hasil penelitian ini sesuai dengan (Haendra, Anggara, & Prayitno, 2013) bahwa Pemberian promosi kesehatan media sosial (facebook) berpengaruh terhadap pengetahuan tentang bahaya merokok pada mahasiswa PSIK semester 8 di Universitas Muhamadiyah Yogyakarta. Hasil penelitian yang dilakukan (Kurniasih, Supadmi, & Darmawan, 2015) didapatkan bahwa ada perbedaan pemberian konseling dan short messages services (sms) terhadap kepatuhan terapi hipertensi. WhatsApp (WA) sebagai salah satu aplikasi media sosial yang paling banyak digunakan di Indonesia setelah Facebook, menjadi sarana yang cukup efisien dalam hal komunikasi. Seiring dengan penelitian (Trisnani, 2018), didapatkan bahwa, tokoh masyarakat memanfaatkan WA sebagai media komunikasi dalam menyampaikan pesan, informasi yang disampaikan lebih efektif dan merupakan kepuasan tersendiri karena menggunakan teknologi informasi (WA) pesan lebih cepat diterima kepada sasaran.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan rata-rata yang signifikan dari perilaku merokok dan aktivitas fisik dari kelompok media sosial maupun konvensional. Nilai signifikansi dari pengukuran didapatkan hasil p value > 0,05. Hal ini dapat disebabkan karena untuk mengubah praktik

seseorang butuh waktu yang lama dan pengawasan. Hasil ini tidak sesuai dari penelitian (Nurhidayat, 2014) bahwa Perbandingan antara pelatihan dan Mobile group menunjukkan bahwa intervensi berbasis WhatsApp menghasilkan perubahan terhadap aktivitas fisik daripada dengan cara tatap muka. Hal ini dikarenakan karena untuk mengubah tindakan membutuhkan waktu yang lebih lama.

Praktik pengelolaan yang berpengaruh terhadap konseling media sosial setelah diberikan intervensi adalah pola makan. Hal ini dikarenakan tingginya hasil pengetahuan responden tentang penyebab hipertensi, makanan yang menyebabkan hipertensi dan makanan yang harus dihindari sehingga responden mengurangi makanan yang bisa menyebabkan hipertensi. Hasil penelitian Ragot (2005) yang menyatakan bahwa kesadaran pasien mengenai tekanan darah memegang peranan penting dalam kemampuan untuk mencapai kesuksesan pengendalian tekanan darah pada hipertensi.

## KESIMPULAN

Ada pengaruh konseling media sosial dan konseling konvensional terhadap pengetahuan tentang hipertensi namun tidak ada pengaruh konseling pada kelompok konseling konvensional dan media sosial terhadap praktik pengelolaan hipertensi yaitu gaya hidup dan aktivitas fisik.

Sebagai alternatif pengelolaan kejadian hipertensi dalam melaksanakan promosi kesehatan bagi petugas kesehatan dengan menggunakan perkembangan teknologi yaitu media social untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan.

## Konflik Kepentingan

Tidak terdapat konflik kepentingan dalam penelitian ini.

## Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih kepada Ketua STIKes Hang Tuah Pekanbaru, Ketua Program Studi Magister IKM STIKes Hang Tuah Pekanbaru, Seluruh staf dosen dan tata usaha Program Studi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat STIKes Hangtuah Pekanbaru yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini, kemudian kepada puskesmas sipayung ringat kab. Indragiri hulu, yang telah mengizinkan peneliti untuk melaksanakan penelitian. Selanjutnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada responden penelitian yang telah bersedia meluangkan waktunya

## DAFTAR PUSTAKA

Azhari, M. H. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Makrayu Kecamatan Ilir Barat II Palembang. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(2).

- Dewanti, S. W., Andrajati, R., & Supardi, S. (2017). Pengaruh Konseling Dan Leaflet Terhadap Efikasi Diri, Kepatuhan Minum Obat, Dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Dua Puskesmas Kota Depok. *Jurnal Ke farmasian Indonesia*, 6 ( 1 ) .  
<https://doi.org/10.22435/jki.v5i1.4088.33-40>
- Dinas Kesehatan Indragiri Hulu. 2017. Data Penyakit Dinas Kesehatan Indragiri Hulu. Rengat : Dinkes Provinsi Inhu
- Dinas Kesehatan Provinsi Riau. (2016). Profil Kesehatan Provinsi Riau. Pekanbaru : Dinkes Provinsi Riau
- Faktor, S., Penyakit, R., & Nurhidayat, H. S. (2014). Perilaku Masyarakat Desa.
- Haendra, F., Anggara, D., & Prayitno, N. (2013). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tekanan Darah Di Puskesmas Telaga Murni, Cikarang Barat Tahun 2012. *Jurnal Ilmiah Kesehatan* (Vol. 5).
- Junaidi, Yulianti, & Rinata (2013). Hipertensi Kandas Berkat Herbal. Jakarta: Media.
- Kemendes RI. (2013). Riset Kesehatan Dasar; Riskesdas. Jakarta: Balitbang Kemendes RI.
- Kurniasih, N., Supadmi, W., & Darmawan, E. (2015). Evaluasi Pengaruh Pemberian Konseling Dan Short Messages Service (Sms) Terhadap Kepatuhan Terapi Hipertensi Pasien Hemodialisis Di Rsud Banjar.
- Montol, A. B., Pascoal, M. E., Pontoh, L., Manado, J., & Tomohon, D. K. (2015). FAKTOR Resiko Terjadinya Hipertensipada Usia Produktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Lansot Kota Tomohon (Vol. 7).
- Notoatmodjo, S. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan. Ed. Rev. Jakarta: Rineka Cipta.
- Trisnani, -. (2018). Pemanfaatan Whatsapp Sebagai Media Komunikasi Dan Kepuasan Dalam Penyampaian Pesan Dikalangan Tokoh Masyarakat. *Jurnal Komunika : Jurnal Komunikasi, Media Dan Informatika*, 3.