



Pengaruh Media Poster, *Podcast*, Dan *Games* Cari Kata Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Hipertensi Di SMA Negeri 30 Jakarta

Auliyaa'ur Rahmah^{1✉}, Ratih Kurniasari²

Universitas Singaperbangsa Karawang

Email : 2010631220019@student.unsika.ac.id^{1✉}

Abstrak

Hipertensi seringkali tidak menimbulkan gejala, sehingga menjadi penyebab umum dalam peningkatan angka mortalitas dan morbiditas di masyarakat. Hipertensi dapat disebabkan oleh berbagai faktor, diantaranya adalah usia, jenis kelamin, dan hal-hal yang berkaitan dengan gaya hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan media poster, *podcast*, dan *games* cari kata dalam peningkatan pengetahuan responden mengenai hipertensi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *quasi experiment* dengan desain *pre-test* dan *post-test* menggunakan kuesioner *online* berbasis *Google Formulir*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMA dengan rentang usia 16-18 tahun. Jumlah subjek pada penelitian ini sebanyak 45 orang yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden merupakan perempuan, berusia 17 tahun, duduk di kelas 11 MIPA 2 dan 4, menerima informasi mengenai hipertensi melalui keluarga. Uji statistik menunjukkan bahwa ketiga media memiliki nilai *p-Value* = 0,001. Hal tersebut menandakan adanya pengaruh yang signifikan antara pemberian edukasi menggunakan media poster, *podcast*, dan *games* terhadap tingkat pengetahuan responden mengenai hipertensi. Berdasarkan skor rata-rata (*mean*) diketahui bahwa media poster cenderung lebih berpengaruh dibandingkan dengan media *podcast* dan *games*.

Kata Kunci : *Hipertensi, remaja, poster, podcast, games*

Abstract

Hypertension often causes no symptoms, so it is a common cause of increased mortality and morbidity in the community. Hypertension can be caused by various factors including age, gender, and things related to lifestyle. This study aims to determine the effect of using media posters, podcasts, and word search games in increasing respondents' knowledge about hypertension. This research is a quasi-experimental quantitative research with a pre-test and post-test design using an online questionnaire based on Google Forms. The population in this study were high school students with an age range of 16-18 years. The number of subjects in this study were 45 people who were taken by purposive sampling technique. The results showed that most of the respondents were women, aged 17 years, in grade 11 MIPA 2 and 4, and received information about hypertension through their families. The statistical test shows that the three media have a p-value = 0.000. This indicates that there is a significant influence between the provision of education using media posters, podcasts, and games on the level of respondents' knowledge about hypertension. The provision of health education about hypertension with media posters, podcasts and games both have a significant influence on increasing students' knowledge at SMA Negeri 30 Jakarta. However, the use of poster media tends to be more influential than the other two media. This is evidenced by the higher average score of poster media compared to podcast and games media.

Keywords: *Hypertension, teenagers, posters, podcasts, games*

PENDAHULUAN

Hipertensi disebut juga dengan darah tinggi dan merupakan *silent killer* atau pembunuh diam-diam, sehingga menjadi penyebab umum dalam peningkatan angka mortalitas dan morbiditas di masyarakat. Hipertensi adalah suatu kondisi ketika seseorang memiliki tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg(1). Hipertensi termasuk ke dalam penyakit tidak menular karena seringkali ditemukan tanpa gejala.

Menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 didapatkan bahwa hampir 1,3 miliar orang di dunia mengalami hipertensi, dan diperkirakan angkanya akan terus naik(2). Di Indonesia, angka prevalensi hipertensi yang didapatkan dari data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 sebesar 34,1%. Data ini berdasarkan hasil dari diagnosis dokter, diagnosis dokter atau konsumsi obat antihipertensi, dan pengukuran pada masyarakat usia 18 tahun ke atas(1). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik, prevalensi hipertensi di DKI Jakarta pada tahun 2018 sebesar 33,4%. Terjadi peningkatan angka prevalensi dari tahun 2013 yang sebelumnya sebesar 20%(3).

Hipertensi dapat disebabkan oleh berbagai faktor, diantaranya adalah usia, jenis kelamin, stres, dan hal-hal yang berkaitan dengan gaya hidup. Kejadian hipertensi dapat meningkat seiring bertambahnya usia, dan laki-laki cenderung memiliki risiko lebih tinggi

terkena hipertensi. Kebiasaan makan dan pola hidup yang salah dapat meningkatkan risiko terkena hipertensi, karena seringnya konsumsi makanan yang tinggi lemak dan natrium, serta kebiasaan merokok ataupun konsumsi alkohol dapat meningkatkan tekanan darah. Aktivitas fisik juga dapat meningkatkan risiko terkena hipertensi, karena dapat meningkatkan risiko kelebihan berat badan sehingga tekanan darah dapat meningkat. Selain itu, orang yang memiliki tingkat aktivitas fisik yang rendah cenderung memiliki frekuensi denyut jantung yang lebih tinggi sehingga otot jantung harus bekerja lebih keras pada saat kontraksi. Pola hidup yang tidak sehat disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah karena kurangnya pengetahuan.

Pengetahuan merupakan faktor yang sangat mempengaruhi perilaku atau tindakan seseorang(4). Kurangnya pengetahuan baik dari tenaga kesehatan maupun dari masyarakat tentang hipertensi merupakan penyebab utama tidak terkontrolnya tekanan darah. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut salah satunya dengan cara memberikan edukasi kesehatan tentang hipertensi melalui penyuluhan ataupun menggunakan media.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Media Poster, *Podcast*, dan *Games* Cari Kata Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Hipertensi Di SMA Negeri 30 Jakarta". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan media poster, *podcast*, dan *games* cari kata dalam peningkatan pengetahuan responden mengenai hipertensi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *quasi experiment* dengan desain *pre-test* dan *post-test* menggunakan kuesioner *online* berbasis *Google Formulir*. Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 30 Jakarta, Jakarta Pusat, pada tanggal 4-11 Mei 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) dengan rentang usia 16-18 tahun. Jumlah subjek pada penelitian ini sebanyak 45 orang yang diambil dengan teknik *purposive sampling*.

Penelitian ini menggambarkan perbandingan antara 3 kelompok perlakuan. Kelompok pertama diberikan intervensi menggunakan media poster. Sedangkan kelompok kedua diberikan media *podcast*, dan kelompok ketiga diberikan media *games* cari kata. *Pre-test* dilakukan sebelum pemberian intervensi, namun dilakukan di hari yang sama. Kemudian *post-test* dilakukan tujuh hari setelahnya sesuai dengan kelompok media yang telah ditentukan. Soal *Pre-test* dan *Post-test* masing-masing berjumlah 15 pertanyaan yang sama

dengan skor 2 untuk jawaban benar dan skor 1 untuk jawaban salah. Jadi, total skor jika 15 pertanyaan benar adalah 30 poin.



Gambar 1. Media *Podcast*



Gambar 2. Media Poster

KENALI PENYAKIT HIPERTENSI YUK!

Carilah 14 kata yang berkaitan dengan Hipertensi!



Gambar 3. Media *Games* Cari Kata

Hasil pengukuran tingkat pengetahuan dikategorikan menjadi kurang jika memiliki persentase nilai $\leq 55\%$, cukup jika memiliki persentase nilai 56-74%, dan baik jika memiliki persentase nilai $\geq 75\%$. Selain itu, status gizi dikategorikan berdasarkan tabel klasifikasi IMT dari Kemenkes, yaitu kurus jika memiliki nilai IMT $< 18,4$, normal jika memiliki nilai IMT 18,5-25, dan gemuk jika memiliki nilai IMT $> 25,1$.

Analisis data yang dilakukan adalah uji distribusi frekuensi untuk menampilkan jumlah hasil penelitian dalam interval tertentu, uji normalitas *Shapiro Wilk* untuk mengetahui data terdistribusi normal atau tidak, dan uji *Wilcoxon* karena data tidak terdistribusi normal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden yang dilihat pada penelitian ini meliputi jenis kelamin, usia, kelas, sumber informasi tentang hipertensi, tingkat pengetahuan, dan status gizi.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Siswa/i SMAN 30 Jakarta

Karakteristik	n	%
<u>Jenis Kelamin</u>		
Laki-laki	16	35,6%
Perempuan	29	64,4%
<u>Usia</u>		
16 Tahun	10	22,2%
17 Tahun	30	66,7%
18 Tahun	5	11,1%

Sumber Informasi Tentang Hipertensi		
Keluarga	15	33,3%
Pelayanan kesehatan	10	22,2%
Media massa/TV	10	22,2%
Tidak Pernah	5	11,1%
Lain-lain	5	11,1%
Tingkat Pengetahuan		
Kurang	0	0%
Cukup	0	0%
Baik	45	100%
Status Gizi (IMT/U)		
Kurang	8	17,8%
Normal	30	66,7%
Lebih	7	15,6%

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden adalah perempuan, yaitu sebanyak 29 orang dengan persentase sebesar 64,4%. Jumlah responden yang berusia 17 tahun lebih banyak dibandingkan dengan usia 16 dan 18 tahun, yaitu sebanyak 30 orang dengan persentase sebesar 66,7%. Sebagian besar responden menerima informasi tentang hipertensi melalui keluarga, yaitu sebanyak 15 orang dengan persentase sebesar 33,3%. Seluruh responden memiliki tingkat pengetahuan yang tergolong baik dengan persentase sebesar 100%. Dan sebagian besar responden memiliki status gizi normal yaitu sebanyak 30 orang dengan persentase sebesar 66,7%.

Tingkat pengetahuan responden diukur melalui kuesioner berupa *pre-test* dan *post-test* dengan pengkategorian yang terdiri atas kurang ($\leq 55\%$), cukup (56-74%), dan baik ($\geq 75\%$).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswa/i SMAN 30 Jakarta Sebelum dan Setelah Diberikan Media

Variabel	n	(%)
<i>Pre-Test</i> Media Poster		
Kurang ($\leq 55\%$)	0	0
Cukup (56-74%)	0	0
Baik ($\geq 75\%$)	15	100

<i>Post-Test</i> Media Poster		
Kurang ($\leq 55\%$)	0	0
Cukup (56-74%)	0	0
Baik ($\geq 75\%$)	15	100
<i>Pre-Test</i> Media <i>Podcast</i>		
Kurang ($\leq 55\%$)	0	0
Cukup (56-74%)	0	0
Baik ($\geq 75\%$)	15	100
<i>Post-Test</i> Media <i>Podcast</i>		
Kurang ($\leq 55\%$)	0	0
Cukup (56-74%)	0	0
Baik ($\geq 75\%$)	15	100
<i>Pre-Test</i> Media <i>Games</i>		
Kurang ($\leq 55\%$)	0	
Cukup (56-74%)	0	0
Baik ($\geq 75\%$)	15	100
<i>Post-Test</i> Media <i>Games</i>		
Kurang ($\leq 55\%$)	0	0
Cukup (56-74%)	0	0
Baik ($\geq 75\%$)	15	100

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa seluruh responden memiliki tingkat pengetahuan yang tergolong baik karena memiliki total persentase $\geq 75\%$, baik media poster, *podcast*, maupun *games*.

Tabel 3. Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan Siswa/i SMAN 30 Jakarta

Variabel	N	<i>Pre-Test</i>			<i>Post-Test</i>			<i>p-Value</i>
		<i>Min</i>	$\pm$	<i>Max</i>	<i>Min</i>	$\pm$	<i>Max</i>	
		<i>Mea</i>		<i>SD</i>	<i>Mea</i>		<i>SD</i>	

		<i>n</i>			<i>n</i>			
Poster	15	24	±	29	28	±	30	0,001
		27,3 3		1,175	29,4 0		0,82 8	
Podcast	15	26	±	29	28	±	30	0,001
		27,6 7		0,816	29,0 7		0,59 4	
Games	15	27	±	29	28	±	30	0,001
		27,8 7		0,516	29,0 7		0,59 4	

Sumber : Data SPSS V25, 2023

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa ketiga media memiliki nilai *p-Value* yang sama, yaitu sebesar 0,001. Hasil nilai *pre-test* media poster memiliki nilai minimum yang lebih kecil dibandingkan dengan nilai minimum *pre-test* dan *post-test* dari media lainnya, yaitu sebesar 24. Hasil nilai *post-test* ketiga media memiliki nilai maksimum yang sama dan lebih besar dibandingkan dengan nilai maksimum *pre-test* ketiga media, yaitu sebesar 30. Nilai *pre-test* media poster memiliki nilai rata-rata terkecil, yaitu sebesar 27,33. Sedangkan Nilai *post-test* media poster memiliki nilai rata-rata terbesar, yaitu sebesar 29,40. Nilai *pre-test* media *games* memiliki nilai standar deviasi terkecil, yaitu sebesar 0,516. Sedangkan nilai *pre-test* media poster memiliki nilai standar deviasi terbesar, yaitu sebesar 1,175.

PEMBAHASAN

Karakteristik Siswa/i SMAN 30 Jakarta

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden merupakan perempuan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nito, *et al.* (2021), diketahui bahwa jenis kelamin berkontribusi terhadap pengetahuan. Perempuan memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi kemungkinan disebabkan oleh tingkat ketertarikan atau minat yang lebih tinggi dalam mendapatkan informasi dibandingkan dengan laki-laki(5).

Usia seseorang mempengaruhi pola pikir dan daya tangkap seseorang. Semakin bertambah usia, maka akan semakin berkembang pula pola pikir dan daya tangkapnya, sehingga pengetahuan yang didapatkannya akan semakin baik(6). Penjurusan di sekolah SMA, seperti IPA atau IPS dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Hal tersebut disebabkan oleh kebiasaan atau hal-hal yang dipelajari oleh siswa tersebut. Siswa IPA cenderung mempelajari ilmu kesehatan dibandingkan dengan siswa IPS yang cenderung mempelajari ilmu sosial. Sehingga siswa IPA cenderung memiliki pengetahuan

yang lebih baik mengenai kesehatan, khususnya hipertensi, dibandingkan dengan siswa IPS.

Semakin banyak seseorang menggunakan atau memiliki sumber informasi, maka akan semakin banyak pula informasi yang akan didapatkan. Dalam penelitian ini didapatkan bahwa keluarga merupakan sumber informasi terbanyak mengenai hipertensi. Peneliti beranggapan bahwa informasi yang didapatkan melalui keluarga tersebut berasal dari informasi luar (media massa, dan lain sebagainya) ataupun dari pengalaman.

Pengetahuan Siswa/i SMAN 30 Jakarta Sebelum dan Setelah Diberikan Media

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik dibuktikan dengan hasil persentase yang mencapai 100%. Hal tersebut kemungkinan dapat terjadi karena sebelum dilakukan penelitian, para responden sudah mendapatkan informasi seputar hipertensi melalui berbagai sumber, antara lain keluarga, tenaga kesehatan, media massa, dan lain sebagainya. Sehingga ketika penelitian dilakukan, hasil yang didapatkan tergolong ke dalam tingkat pengetahuan yang baik.

Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan Siswa/i SMAN 30 Jakarta

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan dari responden setelah dilakukannya pemberian edukasi menggunakan tiga media yang terdiri atas poster, *podcast*, dan *games* cari kata yang dibuktikan dengan nilai *p-Value* sebesar 0,001 atau *p-Value* < 0,05. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ulya, dkk., bahwa pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang, serta dengan adanya alat bantu atau media, pesan atau materi akan lebih mudah tersampaikan(7).

Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa nilai rata-rata (*mean*) pengetahuan responden mengenai hipertensi baik pada kelompok dengan media poster, *podcast*, maupun *games* sama-sama mengalami peningkatan setelah dilakukannya intervensi. Namun, terdapat perbedaan yang bermakna pada peningkatan skor diantara ketiga kelompok media tersebut. Hal ini dibuktikan dengan nilai rata-rata (*mean*) yang meningkat untuk media poster sebesar 2,07%, untuk media *podcast* sebesar 1,4%, dan untuk media *games* sebesar 1,2%. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dengan media poster lebih efektif karena memiliki peningkatan pengetahuan terbesar berdasarkan nilai rata-rata (*mean*) mengenai hipertensi dibandingkan dengan kedua media lainnya.

Media poster merupakan media yang cara penyajian informasinya menggunakan bentuk visual. Menurut Notoatmodjo (2012), sebagian besar pengetahuan didapatkan melalui indera penglihatan(4). Penyajian informasi menggunakan media poster biasanya

dibuat secara menarik, *eye catching*, dan berisi poin-poin, sehingga menarik minat seseorang untuk membacanya.

Namun, hasil penelitian ini berbanding terbalik dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Nataprawira, dkk., pada tahun 2018 yang menyatakan bahwa media poster tidak secara bermakna dapat meningkatkan pengetahuan pelajar di pesantren mengenai TBC. Mereka beranggapan bahwa media poster bersifat pasif sehingga tidak akan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, serta perilaku secara signifikan. Dan intervensi yang dianggap lebih efektif adalah dengan menggunakan dialog timbal balik yang menarik(8). Sedangkan untuk media *podcast* dan *games* cari kata, peneliti belum dapat menemukan penelitian terdahulu yang bertentangan dengan hasil penelitian ini.

SIMPULAN

Edukasi kesehatan mengenai hipertensi dengan media poster, *podcast*, dan *games* sama-sama memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan siswa di SMA Negeri 30 Jakarta mengenai hipertensi. Namun, jika dilihat berdasarkan nilai rata-rata (*mean*) setelah dilakukan uji statistik diketahui bahwa media poster cenderung lebih efektif dalam peningkatan pengetahuan mengenai hipertensi dibandingkan dengan media *podcast* dan *games*.

Adapun saran untuk penelitian selanjutnya yaitu diharapkan menggunakan lebih banyak sumber referensi serta memperbanyak jumlah subjek penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Kemenkes RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementrian Kesehatan RI. 2018;53(9):1689–99.
- Lidia I. Pengertian Hipertensi Menurut WHO: Risiko dan Pencegahannya. Lifepack.id [Internet]. 2020; Available from: <https://lifepack.id/mengenal-hipertensi-menurut-who-faktor-risiko-dan-pencegahannya/>
- Badan Pusat Statistik. Prevalensi Tekanan Darah Tinggi Menurut Provinsi. 2018.
- Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2012.
- Nito PJB, Tjomiadi CEF, Manto OAD. Hubungan Jenis Kelamin dengan Tingkat Pengetahuan Comprehensive Sexuality Education (CSE) pada Mahasiswa. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*. 2021;12(2):396–405.
- Putra AWS, Podo Y. Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan masyarakat dalam mitigasi bencana alam tanah longsor. *Urecol 6th* [Internet]. 2017;305–14. Available from: <http://journal.unimma.ac.id/index.php/urecol/article/view/1549>

- Ulya Z, Iskandar A. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Poster Terhadap Pengetahuan Manajemen Hipertensi Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Soedirman*. 2017;12(1):38.
- Nataprawira HMN, Tirtosudiro MA, Primaturia C, Hasbrima S. The influence of poster and leaflet intervention to knowledge, attitude, and behavior toward tuberculosis of boarding school students in karawang district. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* [Internet]. 2018;2(8). Available from: <http://jurnal.unpad.ac.id/pkm/article/view/20319/9856>
- Nelwan, J.E. (2019). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Perubahan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi di Kota Manado. *Journal PHWB*, 1(2), 1–7.
- Oktaviana, E., & Rispawati, B. (2023). Pengaruh Edukasi terhadap Pengetahuan Pasien Hipertensi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(1), 263–268. <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i1.1343>