

Efektivitas Program LATHI “Dolanan Anti Hipertensi” dalam Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Lansia Desa Prambatan*Effectiveness of the LATHI Program “Anti-Hypertension Games” in Increasing Community the Knowledge of the Elderly in Prambatan Village*Aninda Fitri Rahmaniasari¹, Lucia Yovita Hendrati^{2*}, Alvin Ubaid Khoiri³, Dwi Kharisma⁴, Zanifa Azelia⁵, Safa Rosyadah Hakim⁶, Regita Wida Threnisa⁷, Khansa Khairunnisa⁸, Angelinasyarga Sutera Dewangga⁹, Nur Rahma Febriani¹⁰, Afa Lutfiha¹¹, Donny Ardyan¹², Arдания Yulian Putri¹³¹Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga email aninda.fitri.rahmaniasari-2020@fkm.unair.ac.id²Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga email lucia-y-h@fkm.unair.ac.id³Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga email alvin.ubaid.khoiri-2020@fkm.unair.ac.id⁴Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga email dwi.kharisma-2020@fkm.unair.ac.id⁵Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga email zanifa.azelia-2020@fkm.unair.ac.id⁶Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga email safa.roayadah.hakim-2020@fkm.unair.ac.id⁷Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga email regita.wida.threnisa-2020@fkm.unair.ac.id⁸Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga email khansa.khairunnisa-2020@fkm.unair.ac.id⁹Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga email angelinasyarga.sutera.dewangga-2020@fkm.unair.ac.id¹⁰Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga email nur.rahma.febriani-2020@fkm.unair.ac.id¹¹Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga email aufa.lutfiha-2020@fkm.unair.ac.id¹²Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga email donny.ardyan-2020@fkm.unair.ac.id¹³Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga email ardania.yulian.putri-2020@fkm.unair.ac.id*Korespondensi Penulis: lucia-y-h@fkm.unair.ac.id**Abstrak**

Latar belakang: Hipertensi merupakan *silent killer* dan prioritas dalam dunia kesehatan secara global. Adapun hipertensi memiliki faktor yang dapat dibagi menjadi dua faktor yakni faktor yang dapat dimodifikasi dan tidak dapat dimodifikasi. *World Health Organization* memperkirakan bahwa 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia mengalami hipertensi. Di Indonesia angka kematian akibat hipertensi yakni sebesar 427.218 dan usia yang rawan menderita hipertensi yakni rentang usia 55-64 tahun. Adapun, salah satu kabupaten di Jawa Timur yakni Kabupaten Bojonegoro masih memiliki permasalahan hipertensi dan selalu mengalami peningkatan setiap tahunnya. Oleh karena itu, pencegahan penyakit hipertensi dalam bentuk edukasi perlu segera dilakukan untuk menekan angka kesakitan dan kecacatan pada penderitanya.

Tujuan: Untuk mengetahui efektivitas pengimplementasian program LATHI dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat Desa Prambatan tentang penyakit hipertensi.

Metode: Jenis penelitian ini yakni deskriptif kuantitatif dengan rancangan *One Group Pretest-Posttest Design* dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Sasaran dalam penelitian ini yakni 61 orang lansia berusia 45-80 tahun di Desa Prambatan, Balen, Bojonegoro. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* yang dilihat berdasarkan nilai *mean* dan *p-value*.

Hasil: Hasil penelitian ini yakni sebanyak 44 responden atau 72,13% mengalami peningkatan pengetahuan, 9 responden memiliki pengetahuan yang tetap, dan 8 responden dengan tingkat pengetahuan menurun. Selain itu, berdasarkan uji analisis *Wilcoxon* secara bivariat didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,000 <0,05 yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan tingkat pengetahuan masyarakat Desa Prambatan mengenai hipertensi antara sebelum dan sesudah diberikan program LATHI.

Kesimpulan: Program LATHI “Dolanan Anti Hipertensi” dapat menjadi alternatif sarana promosi kesehatan yang efektif untuk menekan angka kejadian penyakit degeneratif seperti hipertensi. Hal ini dikarenakan mudah diterima masyarakat terutama yang berusia lansia karena menyenangkan dan informatif.

Kata Kunci: Hipertensi; LATHI; Pengetahuan; Lansia

Abstract

Introduction: Hypertension is a silent killer and a priority in the world of health globally. Hypertension has factors that can be divided into two factors, namely modifiable and non-modifiable factors. The World Health Organization estimated that 1,28 billion adults aged 30-79 years worldwide have hypertension. In Indonesia the death rate due to hypertension is 427,218 and the age group prone to suffering from hypertension is 55-64 years. Meanwhile one of the regencies in East Java, namely Bojonegoro Regency also still has the problem, which always increase every year. Therefore, prevention of hypertension in the form of education needs to be carried out immediately to reduce the number of morbidity and disability sufferers.

Objective: To determine the effectiveness of implementing the LATHI program increasing the knowledge and awareness of the Prambatan village community about hypertension.

Method: This type of research is quantitative descriptive with One Group Pretest-Posttest Design with a purposive sampling technique. The target in this research were 61 elderly people aged 45-80 years old in Prambatan Village, Balen, Bojonegoro. Data analysis used the Wilcoxon Signed Rank Test which was seen based on the mean and p-value.

Result: The results of this research were that 44 respondents or 72.13% experienced an increase in knowledge, 9 respondents had constant knowledge, and 8 respondents had a decreased level of knowledge. Apart from that, based on the bivariate Wilcoxon analysis test, a p-value of 0.000 <0.05 was obtained, which means that there was a significant difference in the level of knowledge of the people of Prambatan Village regarding hypertension between before and after being given the LATHI program.

Conclusion: The LATHI “Anti Hypertension Games” program can be an affective alternative means of health promotion to reduce the incident of degenerative disease such as hypertension. This is because it’s easily accepted by the public, especially the elderly because is fun and informative.

Keywords: Hypertension; LATHI; Knowledge; Elderly

PENDAHULUAN

Salah satu tantangan kesehatan yang dihadapi dalam pembangunan kesehatan Indonesia adalah *Triple Burden Diseases* (segitiga beban penyakit). Hal ini dikarenakan adanya transisi pola penyakit dari penyakit menular menjadi peningkatan penyakit tidak menular (PTM). Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan penyakit yang menjadi *silent killer* dan prioritas dalam dunia kesehatan secara global (1). Tekanan darah tinggi atau hipertensi dapat diartikan sebagai suatu keadaan seseorang yang memiliki tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (2). Adapun hipertensi memiliki faktor yang dapat dibagi menjadi dua faktor yakni faktor yang dapat dimodifikasi dan tidak dapat dimodifikasi (3). Faktor yang dapat dimodifikasi meliputi kebiasaan merokok, perilaku *sedentary life*, konsumsi buah dan sayur, kebiasaan mengkonsumsi jumlah garam, obesitas, dan perilaku mengkonsumsi alkohol secara berlebihan. Sedangkan, faktor yang tidak dapat dimodifikasi yaitu umur, jenis kelamin, riwayat keluarga (genetik).

World Health Organization (2023) (4) memperkirakan bahwa 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia mengalami hipertensi. Adapun, 2/3 diantaranya berasal dari negara berkembang dengan penghasilan rendah sampai sedang. Angka ini menunjukkan bahwa hipertensi menjadi momok persoalan yang perlu segera diatasi dan diselesaikan. Ditambah lagi, sekitar 46% penderita hipertensi yang berusia dewasa tidak menyadari bahwa mereka mengidap penyakit tersebut. Di sisi lain, kasus kematian yang diakibatkan hipertensi mencapai 8 juta orang pada setiap tahunnya dan 1,5 juta kematian tersebut tercatat di Asia Tenggara atau dengan kata lain sebesar 1/3 dari populasi yang menderita hipertensi. Hal ini tentunya dapat meningkatkan beban biaya kesehatan negara yang bersangkutan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) (5) juga mendukung pernyataan tersebut dengan menyatakan bahwa prevalensi hipertensi diprediksi terus meningkat sebesar 29% pada tahun 2025 terutama menyerang orang dewasa di seluruh dunia.

Di Indonesia angka kejadian hipertensi cukup tinggi yakni diestimasikan mencapai 63.309.620, sedangkan angka kematian yang terjadi yakni sebesar 427.218 (6). Adapun, usia yang sering dan rawan menderita hipertensi yakni rentang usia 55-64 tahun sebesar (55,2%) (7). Hal ini menunjukkan bahwa usia lansia berisiko tinggi terkena penyakit hipertensi yang disebabkan perubahan fisiologis dan kurangnya informasi mengenai pencegahan penyakit tersebut. Kelompok usia lanjut merupakan kelompok yang ditandai dengan proses penuaan dan diiringi dengan menurunnya fungsi organ sehingga menyebabkan tubuh menjadi rentan penyakit (8). Menurut Badan Pusat Statistik tahun 2022 jumlah lansia diperkirakan mengalami peningkatan sebesar 13,8% menjadi 40 jiwa pada tahun 2035 (9). Tentunya angka ini menunjukkan bahwa semakin banyak masyarakat yang berusia lansia maka semakin berisiko pula terhadap penyakit khususnya hipertensi. Di sisi lain, apabila ditinjau berdasarkan data Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2021 penderita hipertensi banyak dialami pada jenis kelamin wanita serta mengalami peningkatan sebesar 52,3% dibandingkan dengan laki-laki sebesar 45,4% (10). Hal ini di dukung data BPS tahun 2018 yang menyatakan bahwa prevalensi hipertensi di Jawa Timur mencapai 36,3% atau dapat dikatakan terjadi peningkatan dari statistik tahun sebelumnya yang hanya 26,25%.

Di samping itu, tren pelayanan penderita hipertensi mengalami penurunan pada tahun 2020 yang disebabkan oleh pandemi COVID-19 sehingga membuat masyarakat tidak berobat ke Puskesmas atau fasilitas kesehatan terdekat. Hal ini juga berdampak pada kasus hipertensi di Kabupaten Bojonegoro yang masih menjadi masalah kesehatan dengan prevalensi yang tinggi. Menurut data Profil Kesehatan Kabupaten Bojonegoro tahun 2019-2022 hipertensi terutama di Kecamatan Balen selalu mengalami peningkatan setiap tahunnya (11). Peningkatan ini menurut tenaga kesehatan setempat disebabkan karena ketidakpatuhan penderita minum obat dan ketidaktahuan masyarakat setempat terkait penyakit maupun gejala hipertensi sehingga cenderung mengabaikannya. Adapun merujuk pada data skrining PTM (Penyakit Tidak Menular) pada bulan Juni 2022 yang dilaksanakan Puskesmas Pembantu Desa Prambatan diketahui bahwa terdapat 47 orang atau 55,3% termasuk kategori pra-hipertensi, 21 orang atau 24,7% termasuk kategori hipertensi I, dan 6 orang atau 7% termasuk dalam kategori hipertensi II dari 85 orang yang melakukan pemeriksaan.

Pemerintah memiliki target global untuk mengurangi hipertensi sebesar 33% khususnya pada rentang tahun 2010-2030. Berbagai upaya telah dilakukan oleh Puskesmas Balen dengan mengkoordinasikan Puskesmas Pembantu Prambatan untuk menekan angka hipertensi. Akan tetapi, pada kenyataannya belum terdapat perubahan signifikan pada masyarakat setempat. Hal ini dikarenakan kurangnya pengetahuan, edukasi, serta rasa sadar diri untuk memeriksakan diri sebagai perilaku pencegahan. Selain itu, upaya yang dilakukan hanya seputar dengan metode ceramah atau pemberian *leaflet* saja sehingga terkesan membosankan atau bahkan tidak disimak oleh sasaran.

Berdasarkan persoalan tersebut, angka hipertensi sebenarnya dapat ditekan dengan memberikan edukasi dalam bentuk media sehingga lebih mudah diterima oleh masyarakat. Adapun, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pengimplementasian program LATHI dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat lansia Desa Prambatan tentang penyakit hipertensi. Untuk keberhasilan tujuan tersebut penulis menginisiasikan dan memodifikasi edukasi hipertensi dalam bentuk media permainan. Hal ini dikarenakan

peningkatan pengetahuan disertai dengan metode *simulation game* dapat berdampak langsung pada emosi seseorang yang mengubah pandangan serta pengetahuan masyarakat (12).

METODE

Penelitian ini memiliki jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan rancangan *One Group Pretest-Posttest Design* yang diberikan sebelum dan setelah program diimplementasikan. Adapun populasi dalam penelitian ini yakni masyarakat Desa Prambatan Bojonegoro di dua dusun meliputi Dusun Prambatan dan Dusun Mundu. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yakni menggunakan *non-probability sampling* yakni *purposive sampling*. Adapun kriteria yang ditentukan peneliti yakni kriteria inklusi meliputi masyarakat berusia 45-90 tahun, bersedia mengikuti kegiatan hingga akhir serta mengisi kuesioner *pre-test & post test* dan merupakan warga Desa Prambatan baik dari Dusun Mundu atau Prambatan. Sedangkan, kriteria eksklusinya yakni masyarakat yang tidak dapat mengikuti program LATHI misalnya tidak dapat menggerakkan tangan. Adapun, responden yang didapatkan yakni sebanyak 61 responden. Pertanyaan *pre-test* dan *post-test* seputar hipertensi diberikan dalam jumlah 10 soal melalui lembar kuesioner kemudian diinput pada *google form* pada tanggal 20-21 Januari 2023.

Analisis data yang digunakan adalah Uji *Kolmogorov-Smirnov* di SPSS versi 21 untuk menguji normalitas data didapatkan nilai $\alpha 0,032 < (0,05)$. Sehingga, untuk mengetahui perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* terkait peningkatan atau penurunan pengetahuan masyarakat Desa Prambatan tentang hipertensi setelah diberikan program LATHI menggunakan uji *Wilcoxon*. Di sisi lain, dalam penelitian ini edukasi program LATHI dilakukan dengan melaksanakan *pre-test* terlebih dahulu mencakup variabel pertanyaan cara mencegah hipertensi, porsi makan sesuai tumpeng gizi seimbang, dan pengetahuan seputar hipertensi yang tertera pada ular tangga. Kemudian, dilanjutkan implementasi program LATHI menggunakan mekanisme seperti permainan ular tangga yang menggunakan dadu. Setiap poin kotak diberi pertanyaan seputar hipertensi dan masyarakat yang bermain harus menjawab untuk menuju kotak selanjutnya. Masyarakat yang berhasil menyelesaikan permainan hingga akhir diberi tanda kenangan sebagai *reward* agar mereka bersedia melakukan LATHI secara berkelanjutan. Setelah melakukan program tersebut peneliti akan memberikan *post-test* dengan pertanyaan sama seperti *pre-test*.

HASIL

LATHI (Dolanan Anti Hipertensi) merupakan program edukasi yang dikemas dalam bentuk permainan untuk mencegah penyakit hipertensi. Program ini mengadopsi dari permainan ular tangga yang berpindah tempat sesuai dadu yang dilempar. Adanya program ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan *awareness* masyarakat Desa Prambatan terkait pencegahan serta perawatan penyakit hipertensi.

Adapun, saat pengimplementasian masyarakat Desa Prambatan baik dari Dusun Prambatan dan Mundu sangat antusias mengikuti kegiatan mulai dari kegiatan *pre-test*, permainan program LATHI, hingga *post-test*. Masyarakat sangat responsif karena edukasi tidak hanya dijelaskan secara lisan tetapi dikemas dalam bentuk permainan ular tangga yang mengingatkan mereka pada permainan saat masa kecil dahulu. Walaupun, responden telah berusia lansia, namun tetap bersemangat mengikuti serangkaian program ini. Berdasarkan lembar kuesioner yang telah dibagikan distribusi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, usia, dan dusun dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Masyarakat Desa Prambatan

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Pria	3	4,9
Wanita	58	95,1
Usia		
<i>Middle Age</i> (45-59)	24	39,3
<i>Elderly</i> (60-74)	36	59,0
<i>Old</i> (75-90)	1	1,6
Dusun		
Prambatan	41	67,2
Mundu	20	32,8
Total	61	100,00

Berdasarkan tabel 1. menunjukkan bahwa distribusi karakteristik responden menurut jenis kelamin didominasi oleh wanita sebesar 95% atau 58 orang. Kemudian, pengklasifikasian usia responden mengikuti aturan *World Health Organization* yang membagi kategori usia lansia menjadi 3 macam yakni *middle age*, *elderly*, dan *old*. Adapun, mayoritas usia yang mengikuti program LATHI banyak diikuti oleh kategori usia *elderly* sebesar 59,0% atau

berjumlah 36 orang. Di samping itu, responden yang mengikuti program ini banyak yang berasal dari Dusun Prambatan dengan persentase 67,2% atau sekitar 41 orang dan sisanya berasal dari Dusun Mundu.

Tabel 2. Skor *Pre-test* Responden Masyarakat Desa Prambatan (N=61)

Skor <i>Pre-Test</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	24	41,0
Cukup	12	19,7
Kurang	25	39,3
Total	61	100,00

Pada tabel 2. *pre-test* yang dilakukan sebelum mengimplementasikan program didapatkan hasil responden memiliki nilai yang berkisar antara 10 hingga 90. Ditribusi nilai terbanyak pada nilai 80 dan 90 yang masing-masing berjumlah 12 orang atau 19,7%. Selain itu, rata-rata atau *mean* dari distribusi nilai tersebut yakni 61,48. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh hasil dari 61 responden sebanyak 41% atau 24 orang masyarakat Prambatan memiliki pengetahuan baik, sebanyak 19,7% memiliki pengetahuan cukup, dan 39,3% masyarakat Prambatan memiliki pengetahuan yang kurang.

Tabel 3. Skor *Post-Test* Responden Masyarakat Desa Prambatan (N=61)

Skor <i>Post-Test</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	48	78,7
Cukup	12	19,7
Kurang	1	1,6
Total	61	100,00

Berdasarkan tabel 3. menunjukkan bahwa pengetahuan setelah dilakukan implementasi yang dievaluasi dalam bentuk *post-test* yakni nilai berada pada rentang 30-100. Distribusi nilai terbanyak berada pada nilai 90 dengan jumlah 19 orang atau 31,1%. Kemudian, dari distribusi nilai tersebut didapatkan *mean* sebesar 83,11. Adapun menurut tabel 3. dapat diketahui setelah dilakukan intervensi program, skor *post-test* kategori baik mengalami peningkatan pengetahuan yakni menjadi 48 orang atau dengan persentase 78,7%. Di susul dengan pengetahuan cukup 19,7% dan responden berpengetahuan kurang menjadi 1 orang saja sebesar 1,6%.

Tabel 4. Status Peningkatan *Pre-Test* dan *Post-Test* Responden Masyarakat Desa Prambatan

Status	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Meningkat	44	72,13
Tetap	9	14,75
Menurun	8	13,12
Total	61	100,00

Mengacu pada tabel 4. dapat diketahui bahwa mayoritas telah terjadi peningkatan status pengetahuan dari 61 responden masyarakat Prambatan sebesar 72,13% atau 44 orang. Kemudian, sebanyak 9 orang (14,75%) responden memiliki pengetahuan yang tetap, dan sebanyak 8 orang (13,12%) yang justru mengalami penurunan pengetahuan seputar hipertensi.

Tabel 5. Status Peningkatan *Pre-Test* dan *Post-Test* Responden Masyarakat Desa Prambatan

Pengetahuan	Mean	Standar Deviasi	Nilai Minimum	Nilai Maksimum	Mean Difference	p-value
Sebelum	61,48	22,571	10	90	21,63	0,000
Sesudah	83,11	13,483	30	100		

Berdasarkan uji analisis *Wilcoxon* secara bivariat nilai *mean* pengetahuan responden sebelum diberikan program LATHI yakni sebesar 61,48 dengan nilai minimum 10 dan nilai maksimum 90. Berbeda, saat setelah dilakukan program nilai *mean* pengetahuan masyarakat Desa Prambatan menjadi 83,11 dengan nilai maksimum 100. Hasil uji tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan nilai *mean* sebesar 21,63. Selain itu, juga didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,000 <0,05 yang dapat diartikan terdapat perbedaan yang signifikan tingkat pengetahuan masyarakat Desa Prambatan mengenai hipertensi antara sebelum dan sesudah diberikan program LATHI.

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan yang bermakna atau signifikan pada tingkat pengetahuan masyarakat di Desa Prambatan, Kecamatan Balen, Kabupaten Bojonegoro antara sebelum dan sesudah

intervensi program LATHI. Hal ini membuktikan bahwa metode edukasi yang dikemas dalam bentuk permainan untuk meningkatkan pengetahuan dinilai efektif dilakukan karena tidak membuat jenuh responden serta menyenangkan. Hasil ini berpedoman pada uji *Wilcoxon Signed Rank Test* yang menunjukkan bahwa nilai *p-value* $0,000 < 0,05$. Kemudian, dapat diketahui nilai perbedaan nilai *mean* antara sebelum dan sesudah kegiatan mencapai juga cukup mengalami peningkatan sebesar 21,63.

Dari uji analisis frekuensinya dapat dilihat bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik sebelum diintervensi program hanya 24 orang saja dan lebih banyak didominasi oleh responden yang memiliki pengetahuan yang kurang sebanyak 25 orang atau (39,3%). Menurut penuturan petugas kesehatan Puskesmas Pembantu Kecamatan Balen dapat terjadi karena kurangnya akses informasi serta keterbatasan pada umur yang rata-rata sudah menginjak usia lanjut. Sehingga, sudah tidak proaktif dalam menjangkau informasi dibandingkan dengan usia produktif. Selain itu, keluarga responden memiliki aktivitas yang padat dalam pekerjaannya sehingga ketika terdapat skrining hipertensi responden jarang mengikuti dan memeriksakan diri hanya pada saat telah sakit atau mengalami gejala hipertensi.

Adapun, hasil tersebut memperlihatkan bahwa penelitian ini penting untuk dilakukan karena dapat membuat masyarakat mengerti terkait faktor risiko, cara penanganan, pola makan, *life style*, dan cara mencegah penyakit hipertensi agar dapat memperbaiki kualitas hidup mereka. Selain itu, program yang dilakukan memiliki biaya yang murah dan dapat dipandu oleh kader kesehatan setempat tidak memerlukan tenaga kesehatan untuk memandunya. Dengan adanya program LATHI menjadi sebagai media promosi kesehatan dan sebagai sarana mengubah perspektif masyarakat Desa Prambatan bahwa penanganan dan pencegahan sejak dini terkait penyakit hipertensi perlu dilakukan agar tidak timbul komplikasi dan kecacatan pada tubuh yang nantinya dapat mengarah pada kematian.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian serupa yang dilakukan oleh Aryatika, *et.al* (13) menggunakan metode edukasi *Tricky Game* untuk pencegahan penyakit hipertensi. Metode edukasi ini dilakukan dengan memilih gambar makanan atau minum yang dapat menyebabkan hipertensi serta jumlah kadar yang diperbolehkan untuk dikonsumsi. Adapun sasaran dari edukasi menggunakan *Tricky Game* yakni lansia usia 50-80 tahun. Pada penelitian menunjukkan hasil bahwa sosialisasi melalui permainan dapat meningkatkan pengetahuan sasaran dan lebih mudah diterima oleh masyarakat. Hal ini dibuktikan dengan skor yang benar dijawab oleh lansia memiliki nilai ≥ 70 dibuktikan dengan hasil nilai *pre-test* sebesar (33,33%) dan *post-test* (60%). Selain itu, melalui uji *paired sampel test* menunjukkan hubungan yang signifikan antara hasil *pre* dan *post test* (*p-value* < 0,05).

Adapun penelitian lainnya dengan berbasis *game* yakni GEMATI (Gerakan Cermat Hadapi Hipertensi) yang diimplementasikan oleh Nafilah (14) untuk menghadapi penyakit menunjukkan peningkatan pengetahuan hipertensi dengan perbedaan signifikan melalui uji *Wilcoxon Signed Rank Test* pada *pre* dan *post test* sebesar (*p*=0,001) dan nilai *mean* 7,5. Implementasi program ini ditujukan kepada 14 orang lansia melalui metode ceramah, leaflet, dan *simulation game* untuk memberikan pendidikan kesehatan. Adapun acuan pelaksanaan program GEMATI menggunakan CERMAT Cek kesehatan secara rutin, Enyahkan asap rokok, Rubah pola hidup menjadi sehat, Mengurangi makanan asin, Aktifitas fisik dan olahraga, serta Terapkan minum obat secara teratur.

KESIMPULAN

Berdasarkan penjelasan di atas dapat diketahui bahwa program LATHI “Dolanan Anti Hipertensi” dapat menjadi alternatif sarana promosi kesehatan yang efektif menekan angka kejadian penyakit degeneratif hipertensi. Hal ini dibuktikan dengan kenaikan tingkat pengetahuan pada lansia Desa Prambatan Bojonegoro sebesar 72,13% atau sekitar 44 orang responden. Adapun peningkatan ini didukung dengan kenaikan nilai *mean* sebesar 21,63 antara sebelum dan sesudah diintervensi program. Hal ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan terkait tingkat pengetahuan responden terutama ke arah yang meningkat. Selain itu, edukasi dalam bentuk permainan juga dinilai mudah diterima masyarakat terutama yang berusia lansia karena menyenangkan dan materi yang diberikan mudah dipahami. Oleh karena itu, dengan adanya program LATHI dapat menjadi terobosan dalam meningkatkan kualitas hidup lansia agar terbebas dari penyakit hipertensi.

SARAN

Penulis merekomendasikan agar program LATHI dapat digunakan kader kesehatan dan Puskesmas Pembantu Balen secara rutin setiap sebulan sekali dengan memvariasikan pertanyaan pada setiap kotak pada ular tangga dengan pertanyaan seputar hipertensi. Selain itu, permainan ini tidak hanya dilaksanakan di posyandu lansia tetapi dapat juga dilakukan di posyandu remaja. Hal ini dilakukan agar dapat mencegah penyakit hipertensi sejak dini. Untuk penulis selanjutnya dapat mengembangkan metode atau program yang seru dan komunikatif agar

masyarakat mudah menerima materi edukasi yang diberikan tanpa merasa terbebani sehingga perubahan perilaku hidup sehat anti hipertensi dapat terwujud.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ansari J, Dwinata I, M A. Determinan Kejadian Hipertensi Pada Pengunjung Posbindu Di Wilayah Kerja Puskesmas Ballaparang Kota Makassar. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan* [Internet]. 2019 [cited 2023 Oct 5];1(3):28–35. Available from: <https://journal.unhas.ac.id/index.php/jnik/article/view/6083>
2. Angela N, Rath Kurniasari. Efektivitas Media Poster Dan Podcast Terhadap Tingkat Pengetahuan Dasar Hipertensi Pada Penderita Hipertensi. *Journal Gizido* [Internet]. 2021 May [cited 2023 Oct 7];13(1):7–14. Available from: <https://ejurnal.poltekkes-manado.ac.id>
3. Putri LM, Marline Merke Mamesah, Iswati, Caturia Sasti Sulistyana. Faktor Risiko Hipertensi Pada Masyarakat Usia Dewasa & Lansia Di Tambaksari Surabaya. *Journal Of Health Management Research* [Internet]. 2023 Feb [cited 2023 Oct 8];2(1):1–6. Available from: <https://adikusada.ac.id/jurnal/index.php/JHMR/article/view/355/252>
4. World Health Organization. Hypertension [Internet]. 2023 Mar [cited 2023 Oct 4]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
5. Kemenkes RI. Hipertensi Secara Global [Internet]. Jakarta; 2018 [cited 2023 Oct 9]. Available from: <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/page/43/hipertensi-secara-global>
6. Linggariyana L, Trismiyana E, Dian Furqoni P. Asuhan Keperawatan dengan Teknik Rendam Kaki untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa Sri Pendowo Lampung Timur. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*. 2023 Feb 1;6(2):646–51.
7. K AF, Nur H, Humaerah UI. Karakteristik Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Desa Buku. *Jurnal Wawasan Kesehatan* [Internet]. 2020 Dec [cited 2023 Oct 7];5(2):35–42. Available from: <https://stikessantupaulus.e-journal.id/JWK/article/view/88/59>
8. Asih SW, Mamlu Atur Rohimah. Upaya Peningkatan Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi Melalui Health Educationprogram Cerdik Di Wilayah Kerja Puskesmas Patrang Kabupaten Jember. *Jurnal Ilmu Kesehatan* [Internet]. 2021 Nov [cited 2023 Oct 9];10(1):90–7. Available from: <https://ejournaladhkdr.com/index.php/jik/article/view/374/234>
9. Badan Pusat Statistik. Statistik Penduduk Lanjut Usia 2022 [Internet]. Jakarta; 2022 Aug [cited 2023 Oct 9]. Available from: <https://www.bps.go.id/publication/2022/12/27/3752f1d1d9b41aa69be4c65c/statistik-penduduk-lanjut-usia-2022.html>
10. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. Profil Kesehatan Jawa Timur 2021 [Internet]. Surabaya; 2021 Jun [cited 2023 Oct 9]. Available from: <https://dinkes.jatimprov.go.id/userfile/dokumen/PROFIL%20KESEHATAN%202021%20JATIM.pdf>
11. Dinas Kesehatan Kabupaten Bojonegoro. Profil Kesehatan Kabupaten Bojonegoro. Bojonegoro; 2020 June.
12. Sari NLPDY, Rekawati E, Widyatuti W. Implementasi Program Keperawatan Komunitas “Langkah Mandiri” untuk Lansia Hipertensi. *JPPM (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat)*. 2022 Sep 12;6(2):325.
13. Aryatika K, Antika RB, Wicaksono DB. Efektivitas Metode Edukasi Tricky Card Game Dalam Meningkatkan Pengetahuan Lansia Terhadap Pencegahan Hipertensi Di Sekolah Eyang-Eyang Kabupaten Jember. *Ikesma*. 2021 Mar 25;17(1):33.
14. Nafilah. Implementasi program lansia gerakan cermat hadapi hipertensi (GEMATI) melalui simulation game. *Bhakti Sabha Nusantara*. 2023 Jun 30;2(1):1–7.