

ABSTRAK

PENGARUH EDUKASI KESEHATAN TENTANG PENDEKATAN *HEALTH PROMOTION MODEL* TERHADAP PERUBAHAN GAYA HIDUP PADA PASIEN HIPERTENSI DI DESA KERTAGENA TENGAH KADUR PAMEKASAN

Oleh : Moh. Holik

Masyarakat Kertagena Tengah Kadur Pamekasan memiliki kebiasaan hidup yang beresiko mengalami hipertensi. Salah satunya konsumsi makanan tinggi garam seperti makanan olahan dan makanan cepat saji, kurangnya aktivitas fisik, dan kebiasaan merokok juga dapat memicu hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan dengan pendekatan *health promotion model* terhadap perubahan gaya hidup pada pasien hipertensi di Desa Kertagena Tengah Kadur Pamekasan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian dengan desain *quasy eksperimen*. Populasi sebanyak 40 orang dengan teknik *simpel random sampling*. Sampel diperoleh sebanyak 36 orang. Alat ukur instrumen menggunakan kuesioner. Hasil penelitian ini didapatkan gaya hidup pada kelompok perlakuan sebelum intervensi menunjukkan sebagian besar dengan gaya hidup sehat, dan pada kelompok kontrol menunjukkan sebagian besar dengan gaya hidup tidak sehat. Gaya hidup pada kelompok perlakuan sesudah intervensi menunjukkan hampir seluruhnya dengan gaya hidup sehat, dan pada kelompok kontrol menunjukkan sebagian besar dengan gaya hidup tidak sehat. Hasil uji *paired sampel t test* didapatkan *p value* 0,004 ($<0,05$) artinya, ada pengaruh edukasi kesehatan dengan pendekatan *health promotion model* terhadap perubahan gaya hidup pada pasien hipertensi di Desa Kertagena Tengah Kadur Kabupaten Pamekasan. Intervensi edukasi kesehatan dengan pendekatan *health promotion model* signifikan dalam mengubah gaya hidup menjadi lebih sehat pada pasien hipertensi di Desa Kertagena Tengah Kadur, Kabupaten Pamekasan.

Kata kunci : Edukasi HPM, gaya hidup, pasien hipertensi

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF HEALTH EDUCATION ABOUT THE HEALTH PROMOTION MODEL APPROACH TO CHANGE LIFESTYLE OF HYPERTENSION PATIENTS IN KERTAGENA KADUR PAMEKASAN

By : Moh. Holik

The people of Kertagena Tengah Kadur Pamekasan have living habits that are at risk of developing hypertension. One of them is consumption of foods high in salt such as processed foods and fast food, lack of physical activity, and smoking habits can also trigger hypertension. This study aims to determine the effect of health education using a health promotion model approach on lifestyle changes in hypertensive patients in Kertagena Tengah Village Kadur Pamekasan. This research uses a research method with a quasi-experimental design. The population was 40 people with a simple random sampling technique. The sample obtained was 36 people. The instrument measuring tool uses a questionnaire. The results of this study showed that the lifestyle in the treatment group before the intervention showed that most of them had a healthy lifestyle, and the control group showed that most of them had an unhealthy lifestyle. The lifestyle of the treatment group after the intervention showed that almost all of them were healthy lifestyles, and the control group showed that most of them were unhealthy lifestyles. The results of the paired sample t test showed a p value of 0.004 (<0.05), meaning that there was an influence of health education using the health promotion model approach on lifestyle changes in hypertension patients in Kertagena Tengah Kadur Village, Pamekasan Regency. Health education intervention using a health promotion model approach is significant in changing lifestyles to be healthier in hypertension patients in Kertagena Tengah Kadur Village, Pamekasan Regency.

Key words: HPM education, lifestyle, hypertension patients