

EFEKTIFITAS EDUKASI PENCEGAHAN HIPERTENSI DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA EMO-DEMO DI KELURAHAN PASAR AMBACANG

Oktavia Widianti^{1*}, John Amos², Neni Fitra Hayati³, Erick Zicof⁴, Rapitos Sidiq⁵

Jurusan Promosi Kesehatan, Kemenkes Poltekkes Padang

Email : oktaviawidiанти99@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan suatu kondisi ketika tekanan darah melebihi 140/90 mmHg. Kasus hipertensi di Puskesmas Ambacang pada tahun 2024 sebanyak 4.212 kasus. Edukasi tentang pencegahan hipertensi menggunakan media edukasi emo-demo bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja di Kelurahan Pasar Ambacang Kota Padang. Penelitian menggunakan metode *mix methode* dengan penelitian kualitatif menggunakan studi kasus eksploratif dan penelitian kuantitatif menggunakan *Quasi Experiment Design* dengan *one grup pretes-posttest design*. Sampel pada penelitian sebanyak 50 orang, dilaksanakan pada bulan Maret-Juni 2025 di Kelurahan Pasar Ambacang. Pengembangan media edukasi Emo-Demo tentang pencegahan hipertensi telah memberikan dampak yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja ($p\text{-value} < 0,05$). Kesimpulan intervensi dengan menggunakan media edukasi Emo-Demo yaitu ada peningkatan pengetahuan dengan selisih median 6,00 dan peningkatan sikap remaja tentang pencegahan hipertensi dengan selisih median 20,00.

Kata Kunci : Hipertensi, Emo-Demo, Remaja, Pengetahuan dan Sikap

ABSTRACT

Hypertension is a condition in which blood pressure exceeds 140/90 mmHg. There were 4,212 cases of hypertension at the Ambacang Community Health Center in 2024. Hypertension prevention education using emo-demo educational media aims to improve the knowledge and attitudes of adolescents in Pasar Ambacang, Padang. This research used a mixed-methods approach: qualitative research with an exploratory case study and quantitative research with a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest. The research sample consisted of 50 individuals, conducted from March to June 2025 in Pasar Ambacang. The development of emo-demo educational media on hypertension prevention had a significant impact on improving adolescents' knowledge and attitudes ($p\text{-value} < 0.05$). The conclusion of the intervention using emo-demo educational media was an increase in knowledge with a median difference of 6.00 and an increase in adolescents' attitudes about hypertension prevention with a median difference of 20.00.

Keywords : Hypertension, Emo-Demo, Adolescents, Knowledge and Attitude

*Oktavia Widiанти, Jurusan Promosi Kesehatan Kemenkes Poltekkes Padang, oktaviawidiанти99@gmail.com, dan 082268000684

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah kondisi ketika tekanan darah sistolik melebihi 140 mmHg dan tekanan darah diastolik melebihi 90 mmHg¹. Hipertensi sulit dikenali karena gejalanya mirip dengan kondisi individu ketika demam, seperti sakit kepala, rasa berat dan kaku di tengkuk, dada

berdebar-debar, gelisah, pandangan kabur, serta mudah lelah.² Menurut WHO (2023), prevalensi hipertensi mencapai 33% dan dua pertiga diantaranya berada di negara miskin dan berkembang.³ Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi hipertensi pada penduduk umur ≥ 15 mencapai 29,2%,

sementara itu prevalensi hipertensi pada penduduk umur ≥ 18 Tahun tercatat sebesar 30,8%.⁴

Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Barat pada tahun 2020 didapatkan angka kejadian hipertensi sebanyak 184,873 kasus.⁵ Kota Padang, menurut Profil Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2023, prevalensi penyakit hipertensi pada usia muda (≥ 15 tahun) sebanyak 62,5%.⁶ Berdasarkan studi awal, didapatkan angka kejadian hipertensi tahun 2024 sebanyak 4.212 kasus.

Penyebab hipertensi pada remaja adalah karena faktor gaya hidup seperti pola makan tidak sehat, kurangnya kebiasaan konsumsi sayur dan buah, kebiasaan bermain gadget membuat remaja jarang beraktifitas fisik, dan sering bergadang, kebiasaan merokok dan mengonsumsi kopi atau minuman bersoda, dan masih kurangnya pengetahuan remaja tentang hipertensi.⁷

Upaya pencegahan yang dilakukan pemerintah dan tenaga kesehatan dalam mencegah hipertensi dengan menerapkan perubahan perilaku seperti cek kesehatan secara berkala, enyahkan asap rokok, rajin aktivitas fisik, diet sehat dan seimbang, istirahat cukup, kelola stress yang sering disebut cerdik.⁸ Hal tersebut dapat dilakukan melalui pendidikan kesehatan berupa edukasi, salah satunya menggunakan media edukasi Emo-Demo.

Emotional Demonstrasi atau sering disebut Emo-Demo merupakan metode edukasi yang menggunakan pendekatan teori behavior centred design (BCD). BCD adalah sebuah pendekatan baru untuk mencapai perubahan perilaku dalam bidang kesehatan. Media edukasi Emo-Demo selain memberikan informasi secara visual dan verbal mengenai kesehatan, media edukasi Emo-Demo juga akan menggugah emosi seseorang sehingga dapat mendorong untuk melakukan perubahan perilaku.⁹

METODE

Penelitian menggunakan jenis penelitian mixed method (gabungan antara penelitian kualitatif dan kuantitatif). Penelitian kualitatif

dilakukan dengan jenis studi kasus eksploratif, dan Penelitian kuantitatif digunakan quasi experiment design (rancangan eksperimen semu), dengan pendekatan one group pretest-posttest design.

Intervensi dilakukan di Kelurahan Pasar Ambacang Kota Padang yang dilaksanakan pada bulan maret sampai juni 2025 dengan sampel remaja usia 15-18 tahun sebanyak 50 orang yang didapatkan menggunakan rumus stanley lameshow.

$$n = \frac{z^2 \cdot 1 - \frac{a}{2} \cdot P(1-P) \cdot N}{d^2 \cdot (N-1) + z^2 - \frac{a}{2} \cdot P(1-P)}$$

Teknik pengambilan sampel penelitian kualitatif dan kuantitatif menggunakan Nonprobability Sampling yaitu dengan teknik Purposive Sampling. Instrumen utama pada penelitian kualitatif adalah peneliti sendiri, pedoman wawancara, alat perekam, kamera dan buku catatan, sedangkan instrumen penelitian kuantitatif adalah kuesioner, dilakukan uji instrumen penelitian kuantitatif menggunakan uji validitas dan reliabilitas. Sedangkan untuk analisis data dilakukan uji normalitas dengan Kolmogorov Smirnov dan didapatkan data tidak berdistribusi normal sehingga digunakan uji Wilcoxon.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian kualitatif memiliki beberapa informan yang memiliki karakteristik berbeda-beda, dapat dilihat pada tabel 1

Tabel 1. Karakteristik Informan

No	Kode Informan	Nama Inisial	Umur	Pekerjaan
1.	IK1	DS	44 tahun	PJ PTM
2.	IK2	JH	35 tahun	PJ Promkes
3.	IP	DF	30 tahun	Desain Grafis
4.	IU1	NDM	16 tahun	Pelajar
5.	IU2	AA	15 tahun	Pelajar

Berdasarkan tabel 1 didapat diketahui bahwa informan utama adalah remaja, sedangkan informan kunci yaitu pemegang program

penyakit tidak menular, pemegang program promosi kesehatan dan informan pendukung yaitu desain grafis.

A. Hasil

1. Perancangan Media Edukasi Emo-Demo tentang Pencegahan Hipertensi

Hasil wawancara dengan semua informan dapat disimpulkan bahwa media edukasi Emo-Demo dapat digunakan sebagai media edukasi kepada remaja, namun informan memberikan saran bahwa media media yang sudah dirancang sebelumnya diganti warna ke arah warna soft dan medium, dan menggunakan tulisan bisa menggunakan title case yaitu menggunakan huruf besar dan huruf kecil, sehingga penataan warna dan tulisan lebih berkelompok.

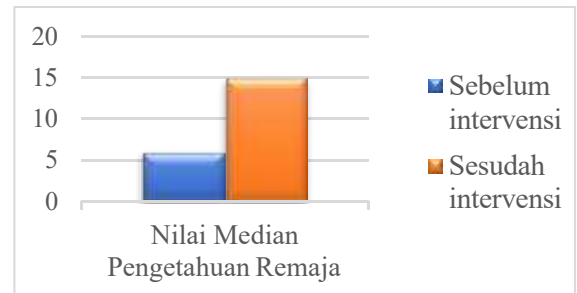
Media edukasi Emo-Demo yang diproduksi adalah media edukasi yang sudah direvisi sesuai dengan informasi dan saran informan yang didapat dari penelitian kualitatif. Berikut hasil media edukasi Emo-Demo yang sudah direvisi.



2. Nilai Median Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi di Kelurahan Pasar Ambacang

Nilai statistik pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media edukasi Emo-Demo di Kelurahan Pasar Ambacang Kota Padang dapat dilihat pada grafik 1

Grafik 1 Nilai Median Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi di Kelurahan Pasar Ambacang

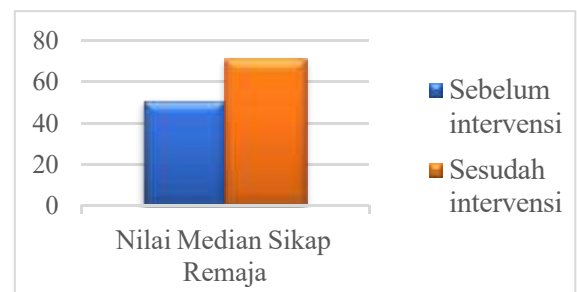


Berdasarkan grafik 1 dapat diketahui bahwa nilai median pengetahuan sebelum dilakukan intervensi yaitu 9,00 sedangkan sesudah dilakukan intervensi sebesar 15,00 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi dengan menggunakan media edukasi Emo-Demo tentang pencegahan hipertensi dengan nilai 6,00.

3. Nilai Median Sikap Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi di Kelurahan Pasar Ambacang

Nilai statistik pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media edukasi Emo-Demo di Kelurahan Pasar Ambacang Kota Padang dapat dilihat pada grafik 2.

Grafik 2 Nilai Median Sikap Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi di Kelurahan Pasar Ambacang



Berdasarkan grafik 2 didapatkan bahwa nilai median sikap sebelum dilakukan intervensi yaitu 51,00 dan sesudah dilakukan intervensi menjadi 71,00, sehingga dapat

disimpulkan bahwa ada peningkatan sikap remaja sebelum dan sesudah dilakukan intervensi menggunakan media edukasi Emo-Demo tentang pencegahan hipertensi dengan nilai 20,00.

4. Peningkatan Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi di Kelurahan Pasar Ambacang

Nilai statistik pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media edukasi Emo-Demo, dapat dilihat pada tabel 2

Tabel 2 Peningkatan Pengetahuan Remaja Di Kelurahan Pasar Ambacang

Peningkatan Median Pengetahuan	n	Median	p-value
Sebelum	50	6,00	0,0001
Sesudah	50	15,00	

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa nilai p-value sebesar 0,0001 yang berarti ada peningkatan yang bermakna antara nilai pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media edukasi Emo-Demo ($p < 0,05$)

5. Peningkatan Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi di Kelurahan Pasar Ambacang

Nilai statistik pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media edukasi Emo-Demo, dapat dilihat pada tabel 3

Tabel 3 Peningkatan Pengetahuan Remaja Di Kelurahan Pasar Ambacang

Peningkatan Median Sikap	n	Median	p-value
Sebelum	50	51,00	0,0001
Sesudah	50	71,00	

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa nilai p-value sebesar 0,0001 yang berarti ada peningkatan yang bermakna antara nilai sikap remaja sebelum dan sesudah intervensi

menggunakan media edukasi Emo-Demo ($p < 0,05$).

B. Pembahasan

1. Perancangan Media Edukasi Emo-Demo tentang Pencegahan Hipertensi

Media edukasi Emo-Demo adalah sebuah metode edukasi kesehatan yang dirancang mengenai pencegahan hipertensi yang diperoleh dari hasil wawancara dengan informan sebagai alat edukasi. Penelitian diawali dengan perancangan media edukasi Emo-Demo yang disusun berdasarkan *Teori Behaviour Centred Design (BCD)* yaitu analisis perilaku dan kebutuhan sasaran, desain media edukasi sesuai hasil wawancara dengan informan, pelaksanaan penggunaan media edukasi emo-demo dan yang terakhir evaluasi kelayakan media edukasi, sejalan dengan penelitian Sands (2021) menjelaskan BCD ada 4 langkah, pertama adalah *asses* dan *build* digabung dalam riset formatif, *create design*, pelaksanaan dan evaluasi,¹⁰ sejalan juga dengan penelitian Morton (2020) menjelaskan tahapan BCD terdiri dari 4 langkah, pertama *riset formatif*, kedua *create design*, ketiga *deliver* dan terakhir *evaluate* yaitu mengevaluasi sepanjang teori perubahan.¹¹

2. Nilai Median Pengetahuan remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi di Kelurahan Pasar Ambacang

Peningkatan nilai median pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi menggunakan media edukasi Emo-Demo yaitu 9,00 dan 15,00 dengan selisih 6,00, Hal ini dibuktikan dengan selisih presentase tertinggi pada pertanyaan nomor 3 tentang makanan penyebab hipertensi sebesar 46%, nomor 6 tentang pola makan pencegah hipertensi sebesar 54% dan nomor 15 tentang berapa kali sebaiknya cek kesehatan sebesar 70%, serta pertanyaan dengan presentasi nilai

paling rendah terdapat pada pertanyaan nomor 4 tentang rokok dapat menyebabkan hipertensi dengan selisih presentasi sebesar 10%, Penelitian ini sesuai dengan penelitian penelitian Yulita, dkk (2024) menunjukkan bahwa adanya peningkatan skor median pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan media edukasi Emo-Demo.¹² demikian juga dengan penelitian Haryono, dkk (2023) menyatakan bahwa ada peningkatan yang signifikan terhadap pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi.¹³

3. Nilai Median Sikap remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi di Kelurahan Pasar Ambacang

Peningkatan nilai median sikap sebelum dan sesudah edukasi menggunakan media edukasi Emo-Demo yaitu 51,00 dan 71,00 dengan selisih 20,00, Hal ini dibuktikan dengan selisih presentase tertinggi pada pertanyaan nomor 2 tentang cek kesehatan sekali sebulan sebesar 64%, nomor 9 tentang mengonsumsi makanan cepat saji sebesar 52% dan nomor 10 tentang minum minuman beralkohol sebesar 54% serta pernyataan dengan peningkatan terendah terdapat pada pernyataan nomor 4 sebelum sebelum intervensi terdapat jawaban sangat setuju 38% yang mengalami peningkatan jawaban menjadi sangat setuju 88% dengan selisih presentasi sebesar 30%, penelitian ini sesuai dengan penelitian Haryono, dkk (2023) menyatakan bahwa ada peningkatan yang signifikan terhadap sikap sebelum dan sesudah intervensi dengan peningkatan nilai median sikap sebelum dan sesudah intervensi.¹³

Menurut penelitian Pratiwi, dkk (2023) menggunakan *uji wilcoxon* terdapat pengaruh penyuluhan gizi seimbang dengan media edukasi Emo-Demo terhadap sikap remaja obesitas.¹⁴

4. Peningkatan Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi di Kelurahan Pasar Ambacang

Hasil uji statistik penelitian ini menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,0001 yang berarti terdapat peningkatan pengetahuan yang bermakna tentang pencegahan hipertensi sebelum dan sesudah diberikan intervensi menggunakan media edukasi Emo-Demo di Kelurahan Pasar Ambacang ($p < 0,05$). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Pratama, dkk (2024) menyimpulkan bahwa peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan edukasi emotional demonstration pada ibu menyusui tentang kebutuhan ASI bayi sampai dengan usia 1 bulan, dengan *p-value* 0,001.¹⁵ Penelitian Amri, dkk (2022) menyimpulkan bahwa ada peningkatan yang signifikan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah dilakukan intervensi menggunakan media edukasi mo-demo dengan nilai signifikansi sebesar 0.000.¹⁶

5. Peningkatan Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi di Kelurahan Pasar Ambacang

Hasil uji statistik penelitian ini menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,0001 yang berarti terdapat peningkatan sikap yang bermakna tentang pencegahan hipertensi sebelum dan sesudah diberikan intervensi menggunakan media edukasi Emo-Demo di Kelurahan Pasar Ambacang ($p < 0,05$), sejalan dengan penelitian Penelitian Purwaningtyas, dkk (2025) menyebutkan bahwa Intervensi edukasi gizi berbasis media edukasi emo demo terbukti efektif dalam meningkatkan sikap positif ibu hamil,¹⁷ demikian juga dengan Menurut penelitian Arif, dkk (2024), pengaruh bahaya merokok dengan menggunakan media edukasi Emo-Demo terhadap perubahan sikap remaja didapatkan sig (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$, hal ini

menunjukkan bahwa terdapat peningkatan sikap sebelum dan sesudah edukasi.¹⁸

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh media edukasi Emo-Demo sesuai kebutuhan sasaran, nilai median pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi menggunakan media edukasi Emo-Demo 9.00 dan 15.00, serta nilai median sikap sebelum dan sesudah intervensi 51.00 dan 71.00 dengan p-value 0,001, sehingga dapat disimpulkan bahwa media edukasi Emo-Demo efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan hipertensi di Kelurahan Pasar Kota Padang. (p-value<0,05).

UCAPAN TERIMA KASIH

Penelitian ini dapat dilaksanakan dengan baik berkat bantuan berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada ibu dan ibuk dosen telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian.

REFERENSI

1. Erda R, Badri IA, Gustina NZ, Putri YD, Novia R, Hayat N. Penerapan senam lansia untuk mencegah hipertensi pada lansia di pulau panjang Kepulauan Riau. Pengabdian masyarakat mandari cendikia. 2024 Jun 6;3(6):70–75.
2. Sari YIP, Sari PI, Martawinarti N. Skrining tekanan darah sebagai upaya deteksi hipertensi pada masyarakat di kelurahan Handil Jaya Kota Jambi. Medic. 2023 Apr 1;6:62–67.
3. Ardiansyah MZ, Widowati E. Hubungan kebisingan dan karakteristik individu dengan kejadian hipertensi pada pekerja rigid packaging. HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development). 2024 Jun 14;8(1):141–151.
4. Munira SL, Puspasari D, Trihono, Thaha R, Musadad A, Lestari H, et al. Survei kesehatan indonesia (SKI). Kementerian kesehatan republik indonesia badan kebijakan pembangunan kesehatan; 2024.
5. Efendi Z, Adha D, Febriyanti. Hubungan gaya hidup dan pola makan terhadap kejadian hipertensi selama masa new normal di tengah pandemi covid 19. Menara Medika. 2022 Mar 21;4(2):165–172.
6. dinas kesehatan. Profil Kesehatan kota Padang Tahun 2022. Padang; 2022.
7. Siswanto Y, Wahyuni S, Widyawati SA. Perilaku Berisiko Hipertensi Pada Remaja di Kabupaten Semarang. Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan. 2023 Jan;5(1):284–290.
8. Seprina, Herlina, Bayhakki. Hubungan Perilaku CERDIK terhadap Pengontrolan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Masa Pandemi COVID-19. Journal of Holistic Nursing and Health Science. 2022 Jul;5(1):66–73.
9. Andriana, Junita E, Kristina E, Herawati R, Fahmi YB. Pengaruh pelatihan Emo-Demo terhadap pengetahuan, keterampilan kader posyandu tentang asi saja cukup. Jambura journal of health sciences and research. 2022;4:8–14.
10. Sands M, Aunger R. Development of a behaviour change intervention using a theory-based approach, Behaviour Centred Design, to increase nurses' hand hygiene compliance in the US hospitals. Implement Sci Commun. 2021 Dec 1;2(23):1–18.
11. Morton JF, Myers L, Gill K, Bekker LG, Stein G, Thomas KK, et al. Evaluation of a behavior-centered design strategy for

- creating demand for oral PrEP among young women in Cape Town, South Africa. *Gates Open Res.* 2020 Jul 3;4(29):1–3.
12. Yulita, Jairani EN, Nababan ASV. Pengaruh emo demo pemberian makan bayi dan anak terhadap peningkatan pengetahuan ibu sebagai upaya pencegahan stunting pada balita di Posyandu Rangkaian Melati. *Jurnal of pharmaceutical and sciences.* 2024;7(4):684–689.
 13. Haryono SG, Maulida NR, Ashari CR. Pengaruh Emo-Demo terhadap pengetahuan dan sikap ibu serta keragaman makan balita di Desa Langensari, Banten. *Jurnal Gizi dan Pangan Soedirman.* 2023 Dec 18;7(2):164.
 14. Pratiwi FA, Buanasita A, Christyaningsih J, Hatijah N. Effect of Balanced Nutrition Education using The Emodemo Method on Knowledge and Attitude of Obesity Adolescents at SMA Negeri 1 Krian Sidoarjo. *Journal of Nutrition Explorations.* 2023 Aug 31;1(3):149–155.
 15. Pratama RMK, Handayani AM, Andriani L, Yunus A, Novika RGH. Edukasi Emotional Demonstration pada ibu menyusui. *NEM*; 2024.
 16. Amri AF, Rachmayanti RD. Edukasi Emotional Demonstration dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu terhadap Pencegahan Stunting. *Media Gizi Kesmas.* 2022 Dec 1;11(02):341–350.
 17. Purwaningtyas DR. Transformasi Sikap Gizi Ibu Hamil melalui Emo-Demo untuk Pencegahan Kurang Energi Kronik (KEK) dan Stunting. *Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Indonesia.* 2025 May 20;4(1):106–113.
 18. Arif U, Nurhayati S, Ahsan H, Artikel R. Learning method of emotional demonstration for improving teenagers' smoking hazard information. *Kajian, Penelitian dan pengembangan kependidikan.* 2024 Jan;15(1):1–09.