Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan
8 (2), 2026, 1-16

Pengaruh Program Promosi Kesehatan Berbasis *Peer Education* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pencegahan Hipertensi pada Karyawan: *Quasi-Experimental Study*

Shinta Amelia Astuti[1*], Fitri Yati[2], Anidaul Fajriyah[3], Zulfa Ayuningsih[4]

[1] Akademi Refraksi Optisi Kartika Indera Persada, shinta.amel149@gmail.com
[2] Akademi Refraksi Optisi Kartika Indera Persada, fitriyati120872@gmail.com
[3] RSUP Dr. Kariadi Semarang, anidaul17@gmail.com
[4] Universitas Islam Negeri Walisongo, zulfa.ayuningsih@walisongo.ac.id

Info Artikel: Diterima Juni 2026; Disetujui Juni 2026; Publikasi Juli 2026

ABSTRAK

Tempat kerja yang sehat adalah tempat kerja dimana pekerja serta atasan atau management berkolaborasi dalam melakukan perbaikan berkelanjutan terutama untuk melindungi kesehatan. Temuan hasil *Medical Check Up* (MCU) karyawan yang dilakukan pada tahun 2022 oleh PT Y yaitu terdapat penyakit kronis berupa Penyakit Tidak Menular (PTM) yaitu kelainan tekanan darah hipertensi (17%), kelainan kadar gula darah (16%), dan kelainan pemeriksaan jantung serta paru-paru (0,02%), serta terdapat kelainan pada BMI (*Body Mass* Index) obesitas sebesar 57%. Data jam kerja karyawan menurun dikarenakan absensi meningkat pada Januari hingga Desember 2024 dengan rata-rata naik sebesar 2,5% dikarena kondisi sakit. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh program promosi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap pencegahan hipertensi di PT Y. Penelitian ini merupakan *quasy experiment,* dengan desain *control group pretest-posttest*. Populasi penelitian ini adalah seluruh karyawan PT Y Semarang sejumlah 267 orang. Sampel berjumlah 28 orang, yang terbagi dalam 2 kelompok intervensi dan kontrol. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Hasil analisis menunjukkan sebanyak 64,3% memiliki pengetahuan kurang meningkat menjadi 78,6% berpengetahuan cukup setelah penerapan program promosi kesehatan. Sikap karyawan juga menjadi lebih positif setelah diterapkan program promosi kesehatan, yang awalnya 57,1% menjadi 100%. Program promosi kesehatan terbukti berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan (p = 0,008) dan sikap (p = 0,015) dalam pencegahan hipertensi. Kesimpulannya, penerapan program promosi kesehatan berbasis peer education berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap pencegahan hipertensi pada karyawan di PT Y Semarang.

Kata Kunci: Promosi Kesehatan, Pengetahuan, Sikap, Pencegahan Hipertensi, Karyawan

ABSTRACT

A healthy workplace is one where employees and management collaborate on continuous improvement to protect and promote health. Medical Check-Up (MCU) findings from 2022 at PT Y revealed a prevalence of chronic Non-Communicable Diseases (NCDs), specifically: hypertension (17%), abnormal blood sugar levels (16%), and heart or lung abnormalities (0.02%). Additionally, 57% of employees were categorized as obese based on Body Mass Index (BMI). Between January and December 2024, total working hours declined as sickness-related absenteeism rose by an average of 2.5%. This study aims to analyze the impact of a health promotion program on the knowledge and attitudes regarding hypertension prevention at PT Y. This research employed a quasi-experimental design with a control group pretest-posttest approach. The population consisted of 267 employees of PT Y Semarang, with a sample of 28 individuals selected through purposive sampling and divided into intervention and control groups. The results showed that prior to the intervention, 64.3% of participants had poor knowledge, which improved to 78.6% having sufficient knowledge following the program. Positive attitudes also increased significantly from 57.1% to 100%. Statistical analysis confirmed that the health promotion program had a significant effect on both knowledge ($p = 0.008$) and attitudes ($p = 0.015$) toward hypertension prevention. The implementation of a peer education-based health promotion program effectively improves knowledge and attitudes toward hypertension prevention among employees at PT Y Semarang.

***Keywords**: Health Promotion, Knowledge, Attitude, Hypertension Prevention, Employess*

PENDAHULUAN

Kematian di produktif akibat penyakit kronis menjadi permasalahan kesehatan global yang semakin memprihatinkan. Kementerian Kesehatan memperlihatkan bahwasanya di tahun 2020, penyebab kematian tertinggi di Indonesia berasal dari kelompok Penyakit Tidak Menular (PTM), semisal kanker, penyakit jantung koroner, tuberkulosis, gangguan paru-paru, maupun diabetes melitus.(1)

Penyakit jantung dan stroke umumnya disebabkan oleh komplikasi hipertensi, yang menyumbang sekitar 51% kematian dikarenakan stroke serta 45% dikarenakan penyakit jantung. Total keseluruhan kematian dikarenakan penyakit kardiovaskular, terutama stroke dan jantung koroner, diprediksi akan semakin tinggi sampai di angka 23,3 juta kasus di tahun 2030.(2) Beberapa penelitian menjelaskan faktor risiko penyakit kardiovaskuler meliputi hipertensi, perilaku merokok, Diabetes Militus, gaya hidup, stres psikososial, dan kurangnya konsumsi buah-buahan dan sayuran, secara kolektif menyumbang lebih dari 90% dari kejadian Penyakit Jantung Koroner (PJK) akut di antara orang Asia Selatan.(3) (4)

Prevalensi global dari hipertensi berada di angka 22% dari keseluruhan populasi di dunia, dimana Afrika di sini mencatatkan angka paling tinggi hingga 27%, disusul Asia Tenggara pada posisi ketiga sejumlah 25%.(5) Di Indonesia, angka tertinggi prevalensi hipertensi yaitu 44,13% di Kalimantan Selatan, kemudian disusul sejumlah 39,6% di Jawa Barat, 39,3% di Kalimantan Timur, serta 37,57% di Jawa Tengah.(6)

Tempat kerja yang sehat adalah tempat kerja dimana pekerja serta atasan atau management berkolaborasi dalam melakukan perbaikan berkelanjutan terutama untuk melindungi kesehatan, keselamatan dan kesejahteraan semua pekerja dengan program kebijakan kesehatan meliputi lingkungan fisik, psikososial, dan kesehatan SDM.(7) Promosi kesehatan di tempat kerja merupakan pencegahan, meminimalkan dan menghilangkan bahaya kesehatan, serta memelihara dan meningkatkan pengetahuan serta kemampuan kerja dimana pekerja dapat menjaga kesehatan fisik, mental dan sosial, serta kebiasaan kesehatan yang terkait dengan kondisi fisik, energi, dan vitalitas yang baik.(8)

Indonesia, memiliki strategi promosi kesehatan dalam pencegahan hipertensi berbasis masyarakat (GERMAS) yaitu berupa manajemen program untuk mengendalikan serta mencegah hipertensi. Upaya preventif pada program kesehatan dilaksanakan dengan langkah deteksi secara dini faktor risiko dan konseling, melalui pemantauan faktor risiko Penyakit Tidak Menular (PTM) secara rutin dan berkala. Promosi kesehatan untuk pencegahan dan pengendalian hipertensi dilaksanakan melalui program CERDIK dan PATUH.(9)

PT Y merupakan perusahaan industri yang bergerak dalam bidang pakan ternak yang berlokasi di Jalan Raya Semarang - Demak. PT Y memproduksi pakan ternak untuk ayam. PT Y memiliki jam operasional produksi hingga 24 jam dalam 7 hari yang dibagi dalam 3 *shift* kerja. Merujuk pada temuan studi pendahuluan yang telah dilakukan di PT Y yang ada di Semarang pada tanggal 16 Januari 2025 data yang didapatkan berupa data kesehatan melalui *Medical Check Up* (MCU) yang dilakukan pada tahun 2022 dengan hasil kesimpulan terdapat penyakit kronis berupa Penyakit Tidak Menular (PTM) yaitu kelainan tekanan darah hipertensi (17%), kelainan kadar gula darah (16%), dan kelainan pemeriksaan jantung serta paru-paru (0,02%), serta terdapat kelainan pada BMI (*Body Mass* Index) obesitas sebesar 57%.

Data jam kerja menurun dikarenakan absensi meningkat pada Januari hingga Desember 2024 dengan rata-rata naik sebesar 2,5% dikarena kondisi sakit. Studi pendahuluan wawancara dilakukan kepada 10 pekerja dengan riwayat penyakit hipertensi. Data lainnya didapatkan dari hasil wawancara 8 dari 10 pekerja yang memiliki riwayat hipertensi mengatakan sering mengalami keluhan cepat lelah, pusing dan pegal-pegal serta cenderung mengambil cuti untuk beristirahat, 6 dari 10 penderita hipertensi tidak memeriksakan diri secara rutin serta tidak mengkonsumsi obat rutin dan 7 dari 10 pekerja dengan riwayat hipertensi tidak melakukan olahraga rutin karena tidak memiliki waktu senggang. PT Y Semarang sendiri belum melakukan upaya untuk mengendalikan dan mencegah PTM termasuk hipertensi di tempat kerja berupa latihan kebugaran atau olahraga, pemantauan pola makan/diet kalori, deteksi dini serta konseling atau promosi kesehatan terkait hipertensi secara rutin.

Berdasarkan latar belakang permasalahan tersebut, maka sangat penting untuk menerapkan program promosi kesehatan agar meningkatkan pengetahuan dan sikap karyawan dalam pencegahan hipertensi di PT Y Semarang serta sebagai data penunjang untuk perusahaan dalam meningkatkan kesehatan karyawan. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis pengaruh program promosi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap pencegahan hipertensi di PT Y.

METODE PENELITIAN

Penelitian diselenggarakan dengan penggunaan metode kuantitatif analitik melalui rancangan *quasi experiment* serta pendekatan *control group pretest-posttest*. Penelitian ini berlokasi pada PT Y Semarang dan dilaksanakan pada tanggal 7 Februari 2025. Populasi yang diterapkan mencakup semua karyawan dari PT Y, yaitu sejumlah 257 orang. Sampel yang digunakan sebanyak 28 responden, dimana terbagi dalam kelompok intervensi serta kontrol. Sampel ditentukan mempergunakan *purposive sampling*, dengan kriterianya berupa:

Kriteria inklusi:

1. Bertempat tinggal di mess
2. Bisa berkomunikasi secara baik dengan Bahasa Indonesia

Kriteria eksklusi:

1. Sakit yang membutuhkan perawatan dokter
2. Mengalami kecelakaan yang mengakibatkan perawatan dokter, kehilangan jam kerja atau *fatality.*

Variabel pada penelitian ini yaitu, panerapan program promosi kesehatan sebagai variabel bebas, serta tingkat pengetahuan dan sikap sebagai variabel terikat. Variabel diukur menggunakan kuesioner yang berskala ordinal. Instrumen kuesioner yang digunakan akan melalui pengujian validitas serta reliabilitas sebelum dilaksanakannya penelitian serta sudah dinyatakan valid & reliabel untuk digunakan.

Data primer didapatkan melalui penggunaan kuesioner terstruktur yang berisikan pertanyaan serta pernyataan setelah diberikan intervensi. Kemudian untuk data sekunder dilakukan dengan pengumpulan data hasil MCU terdahulu pada karyawan. Data kemudian dianalisis mempergunakan uji *Wilcoxon* guna membandingkan nilai pretest dengan posttest dari setiap kelompok dan dianggap ada pengaruh secara signifikan apabila *p-value* < 0,05. Analisis kedua uji *Mann Whitney* dipergunakan dalam membandingkan nilai posttest pada kedua kelompok. Temuan dari analisis akan menunjukkan terdapatnya sebuah pengaruh signifikan ketika didapatkan p dengan nilai dibawah 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sesuai dengan 14 responden yang diterapkan dari kelompok intervensi serta 14 responden dari kelompok kontrol, telah dilaksanakan analisis dengan hasil yang bisa diperhatikan dengan:

Tabel 1 Hasil analisis univariat

Kelompok	Variabel	Kategori	Pretest		Posttest	
			n	%	n	%
Intervensi	Pengetahuan	Kurang	9	64,3	1	7,1
		Cukup	5	35,7	11	78,6
		Baik	0	0	2	14,3
	Total		**14**	**100**	**14**	**100**
Kontrol	Pengetahuan	Kurang	9	64,3	7	50
		Cukup	5	35,7	7	50
		Baik	0	0	0	0
	Total		**14**	**100**	**14**	**100**
Intervensi	Sikap	Negatif	6	42,9	0	0
		Positif	8	57,1	14	100
	Total		**14**	**100**	**14**	**100**
Kontrol	Sikap	Negatif	6	42,9	5	35,7
		Positif	8	57,1	9	64,3
	Total		**14**	**100**	**14**	**100**

Tabel 1 menunjukkkan bahwa variabel pengetahuan mengalami peningkatan setelah diterapkan program promosi kesehatan, yaitu yang awalnya kurang 64,3% menjadi cukup 78,6%. Data di atas menunjukkan bahwa kegiatan promosi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan karyawan dalam pencegahan hipertensi. *Peer education* sebagai strategi promosi kesehatan berbasis komunitas diyakini mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap karena pendekatan sebaya lebih efektif dalam mempengaruhi perilaku kesehatan(10),(11).

Hanya sebagian kecil dari karyawan yang tetap memiliki pengetahuan kurang setelah diberikan kegiatan promosi kesehatan. Temuan tersebut selaras pada penelitian sebelumnya yang memperlihatkan sebagian kecil dari responden kurang menerapkan perilaku hidup yang sehat, khususnya dalam hal pola makan, dimana itu berkontribusi menjadi faktor penyebab terjadinya hipertensi(12). Kurangnya pengetahuan mengenai hipertensi berdampak pada ketidaktahuan sebagian besar individu terkait batas tekanan darah yang dikategorikan sebagai hipertensi, penyebab terjadinya hipertensi, serta pola diet yang tepat untuk mencegahnya(13). Sehingga diperlukan pelaksanaan upaya peningkatan pengetahuan sehingga bisa memotivasi individu untuk mengimplementasikan perilaku hidup yang sehat untuk menjaga tekanan darahnya stabil dan menghindari risiko hipertensi (14).

Informasi terkait pencegahan hipertensi dapat diperoleh melalui berbagai sumber, seperti media elektronik (internet maupun televisi), promosi kesehatan, bacaan seperti majalah, maupun oleh orang-orang di sekitar yang memiliki pengetahuan tentang penyakit tersebut(15). Poster termasuk sebagai media dengan efektifitas baik untuk menyebarkan informasi kesehatan. Poster menggunakan huruf berukuran besar dan jelas, disertai dengan gambar untuk menarik perhatian serta memudahkan pemahaman. Selain itu, poster dapat dipasang di rumah atau tempat umum sebagai pengingat visual yang berkelanjutan (16).

Data pada variabel sikap di tabel 1 menunjukkan bahwa sebanyak 57,1% karyawan bersikap positif menjadi 100% setelah diterapkan program promosi kesehatan. Temuan yang didapat selaras pada studi sebelumnya yang memperlihatkan terdapat peningkatan dari sikapnya responden sesudah diberi media edukatif berupa leaflet. Dalam studi tersebut, sikap positif meningkat dari 73,3% sebelum penyuluhan menjadi 93,3% setelah penyuluhan dilakukan (17).

Peningkatan sikap karyawan PT Y dalam penelitian ini diduga karena promosi kesehatan yang diberikan merupakan pengalaman pertama bagi mereka, serta disampaikan dengan metode yang menarik,

bermakna, dan mudah diingat melalui media leaflet. Media ini berfungsi sebagai stimulus yang mendorong responden untuk melakukan perubahan perilaku sesuai arahan tenaga kesehatan (18). Sebagian besar karyawan yang merupakan penderita hipertensi menyatakan bahwa materi yang disampaikan lebih mudah dipahami karena promosi kesehatan dalam penelitian ini disertai dengan media pendukung berupa leaflet dan banner. Sebagai upaya untuk pemberian promosi kesehatan, bisa dilaksanakan mempergunakan media seperti media elektronik (internet, televisi, maupun film), cetak (leaflet, booklet, flipchart, flyer, foto, poster), maupun papan (*billboard*) (19).

Mengubah sikap penderita hipertensi menjadi sikap yang mendukung perilaku hidup sehat merupakan salah satu tahap krusial dalam program kesehatan. Sikap individu merupakan komponen utama dalam pembentukan perilaku kesehatan, sehingga diperlukan upaya untuk mendorong perubahan dari perilaku yang bertentangan dengan nilai-nilai kesehatan menjadi perilaku yang positif. Sikap yang terbentuk atas dasar pengetahuan, pemahaman, dan kesadaran cenderung bersifat lebih tahan lama dibandingkan sikap yang tidak didukung oleh landasan tersebut. Dengan demikian, penerimaan terhadap perilaku baru yang dilandasi oleh pengetahuan dan sikap positif akan menghasilkan perubahan perilaku yang berkelanjutan. Sebaliknya, perilaku yang tidak dilandasi pemahaman yang memadai cenderung tidak bertahan lama (18).

Tabel 2 Hasil analisis uji Wilcoxon

Variabel	Kelompok		n	Mean rank	p-value
Pengetahuan	Intervensi	Pre	14	5,50	0,002
		Post	14		
	Kontrol	Pre	14	5,50	0,002
		Post	14		
Sikap	Intervensi	Pre	14	1,50	0,014
		Post	14		
	Kontrol	Pre	14	1,00	0,317
		Post	14		

Tabel 2 menunjukkan program promosi kesehatan mempunyai pengaruh signifikan terhadap pengetahuan kelompok intervensi maupun kontrol (*p-value* 0,002 & mean rank 5,50). Sedangkan pada variabel sikap, progrma promosi kesehatan hanya berpengaruh terhadap kelompok intervensi (*p-value* 0,014 mean rank 1,50 dan *p-value* 0,317 mean rank 1,00).

Program promosi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan karyawan yang disampaikan melalui media, keuntungannya adalah lebih informatif dan jangkauan dapat lebih luas. Pengetahuan selaku input termasuk sebagai faktor yang mampu memberikan pengaruh kepada perilaku ataupun tindakan. Namun tidak semua orang mempergunakan pengetahuan mereka selaku landasan dalam bertindak. Itu membuktikan aktivitas fisik menjadi faktor risiko dari kejadian hipertensi.

Program promosi kesehatan yang diberikan peneliti kepada kelompok intervensi setiap 1x setiap 2 hari sekali selama 1 minggu. Setiap pelaksanaan durasinya yaitu 15 - 25 menit. Pengukuran posttest dilakukan terhitung 1 minggu setelah dilakukan pretest.

Hasil yang didapat selaras dengan penelitian terdahulu dimana ada efektifitas dari pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan terkait hipertensi terhadap peningkatan pengetahuannya responden dari kelompok perlakuan(20). Pendidikan kesehatan dibuktikan mampu mengubah sikap, pengetahuan, hingga perilaku untuk hidup sehat, kemudian pendidikan kesehatan ini adalah usaha persuasi ataupun sebagai pembelajaran supaya mau bertindak untuk meningkatkan serta memelihara kesehatannya[33].

Pada variabel sikap kelompok kontrol menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh (*p-value* 0,317 dengan mean rank 1,00) karena dalam kelompok kontrol ini tidak diberi intervensi apapun, yang membuat mean rank tidak memperoleh banyak perubahan atau perubahan pada variabel sikap. Hasil observasi oleh peneliti menunjukkan bahwa karyawan masih kurang antusias dalam perilaku hidup sehat.

Tabel 3 Hasil analisis uji Mann-whitney

Variabel		**n**	**Mean rank**	**p-value**
Pengetahuan	Intervensi	14	18,00	0,008
	Kontrol	14	11,00	
Sikap	Intervensi	14	17,00	0,015
	Kontrol	14	12,00	

Berdasarkan tabel 3 diatas rata-rata pengetahuan responden cenderung lebih baik dalam kelompok intervensi bila dibanding kontrol. Disamping itu, didapatkan hasil nilai signifikansi < 0,05 dimana itu menjelaskan terdapat perbedaan dari pengetahuannya responden dalam kedua kelompok, melalui signifikansi senilai 0,008. Sehingga itu menjelaskan ada perbedaan dari tingkat pengetahuan pencegahan hipertensi

sesudah diberikan Program Promosi Kesehatan pada karyawan PT Y Semarang. Oleh karena itu, hasil yang diperoleh secara nyata mencerminkan efektivitas Program Promosi Kesehatan yang diberikan dalam kelompok intervensi. Hasil tersebut selaras pada penelitian terdahulu yang membuktikan efektivitas pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan mengenai hipertensi, seperti yang terjadi di Desa Malangjiwan, Colomadu (21).

Pendekatan edukatif melalui promosi kesehatan termasuk sebagai strategi efektif untuk mengutarakan informasi serta membangun motivasi terpercaya di tengah masyarakat. Metode ini akan menunjang individu dalam meningkatkan kapasitas untuk mengambil keputusan yang tepat, serta membentuk persepsi dan sikap yang mendukung tindakan promotif dan preventif dalam bidang kesehatan (22).

Penyampaian materi akan lebih efektif apabila menggunakan metode ataupun media yang mudah dimengerti dan menarik. Peneliti juga beranggapan bahwasanya leaflet mampu menjadi media yang sesuai untuk menyampaikan informasi kesehatan, karena kemudahannya dalam dipahami oleh masyarakat. Leaflet, sebagai media cetak yang berisi informasi dan gambar dalam bentuk lembaran yang dilipat, terbukti mampu menarik perhatian dan meningkatkan pemahaman penerima informasi (23). Lolita et al. Menemukan dalam penelitiannya, bahwa skor rata-rata pengetahuan sebelum diberikan promosi kesehatan adalah 40,97±19,21 yang meningkat menjadi 90,65±13,65 setelah intervensi, dengan signifikansi p = 0,000 (α = 0,05), dimana memperlihatkan pengaruh secara signifikan kepada efektivitas promosi kesehatan(24).

Tabel 3 memperlihatkan rata-rata sikap responden dari kelompok intervensi cenderung lebih baik. Kemudian didapatkan signifikansi senilai 0,015 (< 0,05), dimana itu menandakan adanya perbedaan secara signifikan terhadap pengetahuan responden antara kedua kelompok. Hasil tersebut mengindikasikan Program Promosi Kesehatan yang disajikan mampu memberikan dampak terhadap perubahan sikap dalam pencegahan hipertensi pada karyawan PT Y Semarang.

Faktor penyebab hipertensi bisa dibedakan dengan dua kategori, diantaranya yang bisa dimodifikasi serta tidak bisa. Terkait dengan faktor yang bisa dimodifikasi mencakup sikap, perilaku, pola makan, gaya hidup, ketidakpatuhan dalam konsumsi obat, serta kurangnya kesadaran dalam melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Upaya untuk menurunkan risiko hipertensi dapat dilakukan melalui perubahan sikap menuju pola hidup sehat, pengobatan yang teratur, serta pemeriksaan kesehatan berkala sebagai bagian dari strategi pencegahan yang menyeluruh (25).

Firmawati et al. menemukan bahwa dari 40 responden yang diteliti, sebanyak 85% menunjukkan sikap positif setelah menerima intervensi, sedangkan 15% masih menunjukkan sikap negatif. Temuan ini mengindikasikan bahwa penyuluhan melalui promosi kesehatan berkontribusi terhadap peningkatan pemahaman dan perbaikan perilaku responden dalam mencegah hipertensi (25). Temuan lain yang mendukung menjelaskan promosi kesehatan mempengaruhi peningkatan motivasi dari pasien hipertensi untuk menjalankan diet khusus. Dari 25 responden yang terlibat, sebesar 68,8% mengalami peningkatan motivasi setelah diberi promosi kesehatan. Sehingga itu memperlihatkan promosi kesehatan tidak hanya memperkaya pengetahuannya responden, tetapi juga mempengaruhi aspek psikologis seperti motivasi (26).

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat disarankan kepada PT. Y Semarang untuk rutin melakukan prmosi kesehatan setiap bulan, sehingga pengetahuan dan sikap karyawan selalu konsisten dan dapat merubah perilakunya untuk hidup secara lebih bersih dan sehat.

PENUTUP

Pengetahuan karyawan PT Y tentang pencegahan hipertensi pada kelompok intervensi menunjukkan peningkatan yang signifikan setelah diberikan Program Promosi Kesehatan, dari 35,7% dalam kategori cukup menjadi 78,6%. Sikap karyawan terhadap pencegahan hipertensi juga mengalami peningkatan yang menonjol, di mana sebelum intervensi hanya 57,1% responden yang menunjukkan sikap positif, dan meningkat menjadi 100% setelah intervensi dilakukan. Temun ini membuktikan bahwa penerapan program promosi kesehatan mampu mengembangkan sikap dan pengetahuan karyawan dalam mencegah hipertensi.

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa Program Promosi Kesehatan secara signifikan efektif meningkatan pengetahuan dan sikap karaywan dalam pencegahan hipertensi. Terbukti melalui *p-value* 0,002 untuk variabel pengetahaun di kedua kelompok. Sedangkan untuk variabel sikap ada perbedaan di kelompok intervensi dengan *p-value* senilai 0,014 serta 0,317 di kelompok kontrol. Selain itu, hasil analisis uji Mann-whitney memperlihatkan *p-value* senilai 0,008 untuk variabel tingkat pengetahuan dan 0,015 untuk variabel sikap setelah penerapan program promosi kesehatan. Oleh karena itu, penting untuk rutin menerapkan program promosi kesehatan di PT. Y untuk membantu dalam pencegahan hipertensi pada karyawannya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Rahmanto Rio budi. Recover Together,Recover Stronger: Kajian Isu-Isu Prioritas Untuk Presidensi G20 IndonesiaTahun 2022. 2022;
2. Kemenkes RI. situasi kesehatan jantung. Pus data dan Inf Kementeri Kesehat RI. 2014;3.
3. Haffner SM. Clustering of Cardiovascular Risk Factors. 1998;21(6):233–7.
4. Zodpey S, Shrikhande S, Negandhi H, Ughade S, Joshi P. Risk factors for acute myocardial infarction in Central India: A case-control study. Indian J Community Med. 2015;40(1):19–26.
5. Kemenkes RI. Pusat data dan informasi

kemenkes RI Hipertensi si Pembunuh Senyap. 2018.
6. Kementerian Kesehatan RI. Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf. 2018.
7. Schill AL, Chosewood LC. The NIOSH total worker health™ program: An overview. J Occup Environ Med. 2013;55(12 SUPPL.):10–3.
8. Whitehead D. Commentary on Naumanen P (2006) The health promotion model as assessed by ageing workers. Journal of Clinical Nursing 15, 219-266. J Clin Nurs. 2006;15(12):1590–1.
9. Kemenkes RI. Manajemen Program Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi dan Perhitungan Pencapaian SPM Hipertensi.
10. Sari, R. P., Nugraha, A., & Yuliana Y. The influence of a health education intervention on hypertension-related knowledge, attitude and family support in Cimahi City: A quasi-experimental study. Malaysian J Med Heal Sci. 2021;17(8):78–84.
11. Olowookere, S. A., Adeleke, O. E., Adeyemi, A. O., & Afolabi OT. Effects of a health education intervention on hypertension-related knowledge, prevention and self-care practices in Nigerian retirees: A quasi-experimental study. Arch Public Heal. 2021;79(1):1–10.
12. Rendi, Wahyuni, T. D. & W. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi Terhadap Perubahan Perilaku Gaua Hidup Klien Hipertensi di Puskesmas Dau Kabupaten Malang. 2017;87.
13. Ekarini, N. L. P., Heryati, H., & Maryam RS. Pengaruh Terapi Relaksasi Otot Progresif terhadap Respon Fisiologis Pasien Hipertensi. J Kesehat. 2019;10(1):47.
14. Purwati, Riana D., Hendro Bidjuni and AB. Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan perilaku klien hipertensi di puskesmas bahu manado. J Keperawatan Silampari. 2014;2(2).
15. Dirhan. . Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Ketaatan Berobat dengan Derajat Sistole dan Diastole Pasien Hipertensi di Puskesmas Sukamerindu Kota Bengkulu. J Ilm Farm. 2012;9(1):1–10.
16. Zakiyatul U& A. pengaruh pendidikan kesehatan dengan media poster terhadap pengetahuan menajemen hipertensi. J Keperawatan Soedirman (The Soedirman J Nursing). 2017;12(1):36–47.
17. Rumahorbo, L. J., Fanggidae, R. S., Pakpahan, M., & Purimahua DI. Kajian Literatur: Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Lansia. J Keperawatan. 2020;8(1):18.
18. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Journal of Chemical Information and Modeling. 2018.
19. Nursalam. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. Jakarta: Salemba Medika; 2017.
20. Rahma Anggi Anjarsari, Arif Widodo, Kartinah DH. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Hipertensi Terhadap Pengetahuan dan Persepsi Lanjut Usia Tentang Penyakit Hipertensi di Desa Malangjiwan Kecamatan Colomadu. Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2017.
21. Anjarsari, D. R. P., Hanan, A., & Widiani E. Perpaduan Isometric Exercise dan Latihan Pernafasan Yoga Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Desa Mojojajar Wilayah Kerja Puskesmas Kedungsari Kabupaten Mojokerto. J Kesehat Andalas. 2021;10(1):8.
22. Berman, Snyder, Kozier E. Buku Ajar Praktik keperawatan Klinis Kozier & Erb. 5th ed. Jakarta: EGC; 2018.
23. Sarlinda. Pengaruh Penyuluhan Tentang Pentingnya Posyandu Lansia Menggunakan Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Kunjungan Lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Labibia Kota Kendari. Poltekkes Kemenkes Kendari; 2018.
24. Lolita, Rahmawati, A., Rahmah, A., Hasan, E. A., Afra, F. Y. & I. Pengaruh Promosi Kesehatan terhadap Pengetahuan TOGA untuk Hipertensi di Sumberagung Jetis Bantul. PHARMACY. 2017;14(2):236.
25. Firmawati N.; Wuryaningsih S.H.; Bahrudin M. . Pengaruh pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pasien Dalam Penatalaksanaan Hipertensi di Poli Rumah Sakit Daerah Mardi Waluyo Blitar. 2015;
26. Darmawan, D. & Zulfa S. Pengaruh Promosi Kesehatan terhadap Motivasi Pasien Hipertensi Tentang Pelaksanaan Diet Hipertensi di Poliklinik Penyakit dalam RS. Rajawali Bandung. J Pendidik Keperawatan Indones. 2015;1:1–18.