

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyakit kronik atau kondisi medis yang tidak dapat ditularkan dari satu individu ke individu lainnya. PTM saat ini merupakan masalah serius dan masih mendapat perhatian khusus dibidang kesehatan karena menjadi penyumbang terbesar penyebab kematian secara global maupun nasional. Prevalensi PTM terus meningkat dan telah mengancam sejak usia muda. Menurut data *World Health Organization* (WHO) menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan menjadi 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (WHO, 2015).

Sampai saat ini, hipertensi masih merupakan tantangan besar di Indonesia. Menurut data *Sample Registration System* (SRS) Indonesia tahun 2014, hipertensi dengan komplikasi (5,3%) merupakan penyebab kematian nomor 5 (lima) pada semua umur. Berdasarkan Riskesdas 2018 prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun sebesar 34,1%. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%).

Prevalensi Hipertensi di DIY menurut Riskesdas 2018 adalah 11,01 % atau lebih tinggi jika dibandingkan dengan angka nasional (8,8%). Prevalensi ini menempatkan DIY pada urutan ke-4 sebagai provinsi dengan kasus hipertensi yang tinggi. Pada tahun 2019 berdasarkan Laporan Surveilans Terpadu Penyakit Rumah sakit di D.I. Yogyakarta tercatat kasus hipertensi esensial 15.388 kasus. Pada tahun 2019 dari jumlah estimasi penderita hipertensi berusia  $\geq 15$  tahun yang sudah mendapat pelayanan kesehatan 58,93%.

Bedasarkan Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Kulon Progo tahun 2020 menunjukkan prevalensi hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan untuk terdapat 2.977 orang dengan estimasi penderita hipertensi berusia  $\geq 15$  tahun sebanyak 22.624 orang (13,2%). Puskesmas Girimulyo II menempati peringkat ke-4 capaian pelayanan kesehatan hipertensi (23,3%).

Berdasarkan data Sistem Informasi Puskesmas (SIMPUS) Puskesmas Girimulyo II, hipertensi selalu menjadi primadona 10 besar penyakit kunjungan rawat jalan dengan prevalensi 3.147 orang terhitung kunjungan bulan Januari-Oktober 2021 dengan rentang usia 15-85 tahun. Terdapat 1591 orang yang terpantau berobat di Puskesmas Girimulyo II dan hanya 11,4 % (182 orang) yang melakukan kontrol minimal 6x kunjungan. Penderita yang melakukan kontrol rutin masih rendah dibandingkan target yang harus dicapai sebesar 100 %. Hipertensi menjadi prioritas masalah Puskesmas yang harus segera ditangani.

Penyebab utama hipertensi sampai saat ini belum diketahui secara pasti dan tidak mempunyai spesifikasi tertentu untuk dikatakan sebagai penyebab utama. Pada umumnya, penderita hipertensi memiliki faktor yang menyebabkan tekanan darah meninggi secara tidak relevan dan baru diketahui setelah terjadi komplikasi. Kerusakan organ target akibat komplikasi hipertensi akan tergantung kepada besarnya peningkatan tekanan darah dan lamanya kondisi tekanan darah yang tidak terdiagnosis dan tidak diobati. Organ-organ tubuh yang menjadi target antara lain otak, mata, jantung, ginjal, dan dapat juga berakibat kepada pembuluh darah arteri perifer.

Pola makan memberikan gambaran mengenai macam dan jumlah bahan makanan yang dimakan setiap hari oleh seseorang. Berkurangnya pola makan tradisional yang mengandung tinggi karbohidrat, tinggi serat kasar, dan rendah lemak kini telah beralih pada pola makan modern yang mengarah kepada makanan tidak seimbang sehingga memberi peluang terhadap penyakit *degenerative* dan menurunkan derajat kesehatan seseorang (Susyani, 2014).

Permenkes RI No.14, 2014 juga menyebutkan bahwa pola makan merupakan perilaku paling penting yang dapat mempengaruhi keadaan gizi. Hal ini disebabkan karena kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan mempengaruhi kesehatan individu dan masyarakat.

Gaya hidup modern yang saat ini dianut cenderung membuat manusia menyukai hal-hal yang instan. Akibatnya, mereka cenderung malas beraktivitas fisik dan gemar mengonsumsi makanan yang instan, yang memiliki kandungan natrium yang tinggi (Ratnawati, 2019). Menerapkan pola makan yang sehat memang tidak dapat menjamin akan terbebas dari penyakit, namun setidaknya mampu meminimalisir risiko kemungkinan seseorang terserang penyakit.

Dari data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa 95,5% masyarakat Indonesia kurang mengonsumsi sayur dan buah. Hal ini menunjukkan kesadaran masyarakat untuk menjaga asupan makan terutama sayur dan buah masih sangat rendah. Sehingga membutuhkan peningkatan pengetahuan sebagai upaya *preventif* dan *kuratif* dan menekan terjadinya hipertensi. Hipertensi dapat dikendalikan melalui perilaku berisiko seperti merokok, yang tidak sehat (kurang konsumsi sayur dan buah serta konsumsi gula, garam dan lemak berlebih), *obesitas*, kurang aktivitas fisik, konsumsi alkohol berlebihan dan stres.

Berdasarkan wawancara dengan programer PTM Dinas Kesehatan Kabupaten Kulon Progo, pelayanan standar untuk hipertensi berupa edukasi untuk perubahan gaya hidup (diet seimbang, istirahat yang cukup, aktivitas fisik, dan kelola stress) serta edukasi kepatuhan minum obat dan/ atau terapi farmakologi.

Pengetahuan tentang hipertensi sangat diperlukan terutama tentang cara penanganan penyakitnya agar tercapai status kesehatan yang optimal dengan penanganan yang benar. Tekanan darah tinggi dapat dikendalikan dan resiko kekambuhan dapat berkurang. Dikombinasikan dengan perubahan pola hidup dan obat anti hipertensi, tekanan darah biasanya akan dapat dipertahankan dalam kisaran yang tidak merusak jantung dan organ lainnya (Dewi, 2013). Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara yakni cara farmakologi menggunakan obat-obatan dan non farmakologi yakni dengan modifikasi gaya hidup termasuk asupan makanan (Buheli, 2019)

Masih banyak pasien hipertensi yang mempunyai pengetahuan yang kurang, sehingga pasien hipertensi perlu dilakukan pendidikan gizi. Semakin tinggi pengetahuan gizi seseorang, maka kebiasaan makannya juga akan semakin baik. Oleh karena itu, diperlukan konseling gizi guna meningkatkan pengetahuan pada pasien hipertensi (Tanti, 2013).

Namun dalam situasi pandemi covid-19, sangat berpengaruh pada keaktifan masyarakat dalam melakukan konseling. Masyarakat takut keluar rumah bahkan untuk memeriksakan diri ke Puskesmas. Aturan PPKM mengatur masyarakat untuk tetap di rumah membuat masyarakat semakin pasif. Sehingga pasien hipertensi tidak terkontrol kesehatannya. Ditambah lagi, selama ini konseling yang dilakukan di Puskesmas belum memanfaatkan media secara efektif, sehingga pasien berulang kali dirujuk konseling namun tingkat pengetahuan tidak bertambah dan perilaku tidak berubah.

Penggunaan media yang tepat dan optimal dalam edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan tentang pengendalian hipertensi lebih efektif. Untuk itu perlu dilakukan terobosan konseling gizi menggunakan *e-Booklet* secara online. Pemanfaatan teknologi kedalam bidang kesehatan dapat menunjang peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai informasi kesehatan dengan begitu cepat. Hal tersebut merupakan peluang untuk meningkatkan digital literasi kesehatan bagi masyarakat tentang hipertensi (Wa Ode F, 2021).

Masyarakat yang lahir di era digital, cenderung terhubung dengan internet setiap saat. Semua orang dapat menciptakan informasi, pesan disampaikan dengan singkat, penyebaran informasi sangat cepat dan dapat dilakukan secara serentak, serta ada interaksi antara para pengguna media sosial. Perilaku membaca masyarakat pun berubah. Ketika kita memegang *gadget*, maka dunia seakan ada dalam gengaman. Saat ini *e-Book* (buku digital) telah menggeser penggunaan buku cetak (*printed Book*). Membaca secara online lebih mudah dan praktis, dapat dilakukan kapanpun dan dimanapun (Nuning, 2016).

Media *e-booklet* dipilih sebagai media pendidikan kesehatan karena mampu menyebarkan informasi dalam waktu *relatif* singkat, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan pasien. Pemberian pendidikan gizi dengan metode *booklet* dapat memperbaiki tingkat pengetahuan gizi (Zulaekah, 2012). Hal tersebut juga mendasari penulis memilih *e-Booklet* sebagai media dalam konseling gizi.

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah ada perbedaan peningkatan pengetahuan pasien berdasarkan penggunaan media konseling *e-booklet* dan *e-leaflet* “Stop Hipertensi” yang disampaikan secara *online* dapat meningkatkan pengetahuan tentang pengendalian hipertensi secara efektif?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Diketuinya perbedaan peningkatan pengetahuan tentang pengendalian hipertensi berdasarkan jenis media konseling yang digunakan pada pasien hipertensi di wilayah Pukesmas Girmulyo II.

### **2. Tujuan Khusus**

Tujuan khusus penelitian ini antara lain :

- a. Diketuinya perbedaan pengetahuan tentang pengendalian hipertensi sebelum diberikan konseling gizi antara kelompok yang menggunakan media *e-Booklet* dengan *e-Leaflet* “Stop Hipertensi”
- b. Diketuinya perbedaan pengetahuan tentang pengendalian hipertensi sesudah diberikan konseling gizi antara kelompok yang menggunakan media *e-Booklet* dengan *e-Leaflet* “Stop Hipertensi”
- c. Diketuinya perbedaan peningkatan pengetahuan tentang pengendalian hipertensi sebelum diberikan konseling gizi antara kelompok yang menggunakan media *e-Booklet* dengan *e-Leaflet* “Stop Hipertensi”

## **D. Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup penelitian ini termasuk kedalam lingkup Gizi Klinik.

## **E. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis, dapat menjadi sumbangan pemikiran dan pengembangan keilmuan bagi dunia pendidikan maupun dunia kesehatan, khususnya pengendalian masalah hipertensi

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Institusi Pendidikan**

Sebagai bahan masukan untuk pengkajian dan penelitian lebih lanjut dalam Pengaruh Penggunaan *e-booklet* “ Stop Hipertensi Sebagai Media Konseling Gizi Terhadap Efektivitas Peningkatan Pengetahuan Tentang Pengendalian Hipertensi.

#### **b. Bagi Kepala Puskesmas Girimulyo II**

Sebagai bahan masukan untuk pengambilan keputusan di Puskesmas Girimulyo II terutama dalam upaya pengendalian hipertensi khususnya dalam promosi dan edukasi bagi masyarakat.

#### **c. Bagi Penulis**

Kesempatan mengembangkan keahlian dibidang keilmuan serta mendapatkan pemahaman yang lebih baik dalam melakukan peningkatan pengetahuan tentang Pengendalian Hipertensi

**d. Bagi Peneliti selanjutnya**

Dapat meningkatkan upaya pengendalian hipertensi termasuk upaya *promotif* dan *kuratif* di Puskesmas Girimulyo II

**F. Keaslian Penelitian**

Keaslian penelitian diambil dari beberapa penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya dan mempunyai karakteristik yang relatif sama dalam hal tema kajian, meskipun berbeda dalam hal kriteria subjek, jumlah dan posisi variabel penelitian atau metode analisis yang digunakan.

Beberapa penelitian sebelumnya diantaranya adalah sebagai berikut :

1. Penelitian oleh Filla Elvina (2020) berjudul Pengaruh Konseling Menggunakan Media Booklet terhadap Pengetahuan pada Pasien Hipertensi di RSUD Bengkalis Tahun 2020. Hasil penelitiannya yaitu ada pengaruh konseling gizi menggunakan media *booklet* terhadap pengetahuan pasien hipertensi di RSUD Bengkalis Tahun 2020 (*p value* = 0,000).
  - a. Persamaan metode yang digunakan *quasi eksperimen design*.
  - b. Perbedaan dengan penelitian ini pada pelaksanaan penelitian secara *offline* di RSUD dengan *one group design*.

2. Penelitian Siti Zulaekhah (2012) yang berjudul Pendidikan gizi dengan media *booklet* terhadap pengetahuan gizi. Hasil penelitian ini adalah Pemberian pendidikan gizi dengan metode *booklet* dapat memperbaiki tingkat pengetahuan gizi.
  - a. Persamaan metode penelitian *quasy experiment* dengan rancangan *pretest post-test control group*
  - b. Perbedaan penelitian ini pendidikan gizi dilakukan secara *offline*.
3. Penelitian Sherli Irmaviani (2019) yang berjudul Efektivitas Media *Booklet* tentang Informasi DASH Pada Pasien HT (usia 35-44 Tahun) Di Desa Muara Jekak Ketapang. Hasil penelitiannya Media *booklet efektif* sebagai media promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan menurunkan tekanan darah pasien HT melalui informasi DASH.
  - a. Persamaan keefektifan *booklet* sebagai media edukasi hipertensi.
  - b. Perbedaannya adalah metode penelitian *pre-experimental design* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*.
4. Penelitian Wahyuni (2016) yang berjudul Pengaruh Edukasi HT Dengan media *Booklet* terhadap perilaku *self management* pada pasien HT di Wilayah Puskesmas Baloweti Kediri. Dengan hasil Terdapat pengaruh yang signifikan menggunakan edukasi hipertensi dengan media *booklet* terhadap perilaku *self management* pada pasien HT.
  - a. Persamaan melihat pengaruh media *Booklet*.
  - b. Perbedaan Desain penelitian *pra-experiment desain* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*

## G. Produk Yang Dihasilkan

Produk yang dihasilkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Produk Yang Dihasilkan Dalam Penelitian

Nama Produk	Jenis Media	Sasaran
E-Booklet “Stop Hipertensi”	Visual	Pasien Hipertensi Kelompok Eksperimen
E- Leaflet “Stop Hipertensi”	Visual	Pasien Hipertensi Kelompok Kontrol