

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Promosi kesehatan adalah suatu proses untuk memandirikan, memampukan, dan memperdayakan masyarakat agar mampu meningkatkan tingkat kesehatannya, baik itu kesehatan pribadi maupun kesehatan di lingkungan. Pelaksanaan dari promosi kesehatan memiliki peran penting dalam upaya peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat berupa pendekatan perilaku gaya hidup yang terwujud dalam bentuk perubahan dari pengetahuan, sikap, dan tindakan masyarakat dalam menyikapi suatu permasalahan kesehatan.

Dalam memengaruhi perilaku kesehatan masyarakat, perlu beberapa usaha dalam melakukan promosi kesehatan. Dimana dalam penyampaian informasi dari promosi kesehatan tersebut harus efektif, dapat merangsang pikiran, perasaan, dan kemauan seseorang sehingga dapat mendorong terjadinya proses belajar. Cara penyampaian informasi kesehatan yang dianggap efektif itu salah satunya adalah melalui media promosi kesehatan. Media promosi kesehatan merupakan suatu sarana dan upaya untuk menampilkan informasi atau pesan yang ingin disampaikan oleh komunikator dengan sasaran berupa peningkatan pengetahuan untuk mengubah perilaku kesehatan yang lebih baik. Media yang biasa digunakan dalam promosi kesehatan dapat berupa media visual, audio, maupun audio visual.

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg (usia 13 – 50 tahun) atau tekanan darah mencapai 160/95 mmHg (usia diatas 50 tahun). Hipertensi merupakan salah satu faktor risiko utama yang menyebabkan serangan jantung dan stroke yang menyerang sebagian besar penduduk dunia (Saputra, 2013).

Menurut laporan dari RISKESDAS 2018, prevelensi hipertensi diantara orang dewasa berusia 18- 24 dan yang berusia diatas 75 tahun adalah 13,2% dan 69,5%. 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 2021 berdasarkan Laporan Survailans Terpadu Penyakit Rumah sakit di D.I. Yogyakarta tercatat kasus baru hipertensi 8.446 (ranap) 45.115 (rajal). Jumlah estimasi keseluruhan penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun 251.100 kasus. Di wilayah kerja Puskesmas Sewon II pada tahun 2022, hipertensi menempati urutan pertama sepuluh besar penyakit terbanyak pada pasien rawat jalan dengan jumlah estimasi penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun yaitu 3.580 orang.

Salah satu cara untuk mengontrol hipertensi adalah dengan melakukan pengaturan pola makan dengan metode diet DASH. Diet DASH (*Dietary Approach to Stop Hypertension*) merupakan diet sayuran serta buah yang banyak mengandung serat pangan (30 gram/hari) dan mineral (kalium, magnesium, dan kalsium) sementara asupan garam dibatasi. Oleh karena itu

perlu adanya edukasi diet DASH pada pasien hipertensi melalui penyuluhan gizi.

Menurut (Notoatmodjo, 2007), adanya penyuluhan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan. Karena pada hakekatnya penyuluhan merupakan serangkaian proses belajar untuk mengembangkan pengertian dan sikap positif terhadap makanan agar penderita dapat membentuk dan memiliki kebiasaan makan yang baik dalam kehidupan sehari-hari (Pratami, 2016). Tingkat pengetahuan yang baik tentang diet DASH diharapkan dapat mempermudah terjadinya perubahan perilaku.

Booklet dan leaflet merupakan salah satu media edukasi visual. Leaflet yaitu lembaran kertas berukuran kecil mengandung pesan tercetak untuk disebarkan kepada umum sebagai informasi mengenai suatu hal. Dalam penelitian ini Booklet dipilih karena memiliki kelebihan yaitu dari segi biaya yang dikeluarkan cukup murah karena hanya menggunakan media cetak, pesan yang disampaikan dapat memuat topik secara detail dan jelas serta bisa lebih mengembangkan pesan yang akan disampaikan (Sri Wahyuni, 2016). Booklet merupakan media penyampai pesan kesehatan dalam bentuk buku dengan kombinasi tulisan dan gambar. Kelebihan yang dimiliki media booklet yaitu informasi yang dituangkan lebih lengkap, lebih terperinci dan jelas serta bersifat edukatif. Dengan menggunakan *booklet* diharapkan pasien dapat memahami materi penyuluhan diet DASH. Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Penggunaan *Booklet* Diet DASH dalam Penyuluhan Terhadap Pengetahuan,

Asupan Natrium, dan Serat Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Sewon II.” Dengan adanya *booklet* Diet DASH yang menyediakan informasi lengkap mengenai hipertensi dan konsumsi harian diet DASH, maka diharapkan pengetahuan pasien meningkat dan asupan natrium dan serat pasien dapat sesuai dengan anjuran diet DASH yang diberikan.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat perbedaan pengaruh penyuluhan menggunakan media *Booklet* Diet DASH dan *leaflet* Diet DASH terhadap pengetahuan, asupan natrium, dan serat pada pasien hipertensi?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum :

Untuk mengetahui perbedaan pengaruh dan efektifitas penyuluhan menggunakan media *Booklet* Diet DASH dan *leaflet* Diet DASH terhadap pengetahuan, asupan natrium, dan serat pada pasien hipertensi.

2. Tujuan Khusus :

- a. Diketuainya hasil pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan media *Booklet* Diet DASH
- b. Diketuainya hasil pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan media *Leaflet* Diet DASH
- c. Diketuainya perbedaan efektifitas pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan media *Booklet* dan *Leaflet* Diet DASH

- d. Diketuainya asupan natrium sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan media *Booklet* Diet DASH
- e. Diketuainya asupan natrium sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan media *Leaflet* Diet DASH
- f. Diketuainya perbedaan efektifitas penurunan asupan natrium sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan media *Booklet* dan *Leaflet* Diet DASH
- g. Diketuainya asupan serat sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan media *Booklet* Diet DASH
- h. Diketuainya asupan serat sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan media *Leaflet* Diet DASH
- i. Diketuainya perbedaan efektifitas peningkatan asupan serat sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan media *Booklet* dan *Leaflet* Diet DASH

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup pada penelitian ini adalah Gizi Klinik.

E. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai pengaruh penggunaan *Booklet* Diet DASH dalam penyuluhan terhadap pengetahuan, asupan natrium, dan serat pasien hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi peneliti

Menambah wawasan dan pengetahuan peneliti mengenai penyuluhan diet DASH.

b. Bagi pembaca

Menambah informasi mengenai pengaruh penggunaan *Booklet* Diet DASH dalam penyuluhan terhadap pengetahuan, asupan natrium, dan serat pasien hipertensi.

c. Bagi Ahli Gizi

Media penyuluhan yang digunakan dalam penelitian ini diharapkan dapat berguna dalam pengembangan media penyuluhan, dapat digunakan dan diterapkan oleh para penyuluh dalam melakukan penyuluhan.

d. Bagi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Memberikan masukan dan referensi ilmu yang dapat digunakan sebagai bahan pembelajar dan menambah ilmu pengetahuan dari hasil penelitian.

F. Keaslian Penelitian

Beberapa sumber yang telah dibaca oleh peneliti, ada beberapa judul yang hampir sama, yaitu :

1. Pratiwi Utami, 2020. Pengaruh Penggunaan Boodidash (*Booklet* Diet DASH) dalam Konseling Gizi Terhadap Pengetahuan, Asupan Serat, Dan Serat Pangan Pasien Hipertensi di Puskesmas Gamping I. Terdapat

perbedaan skor pengetahuan dengan $p \text{ value} = 0,002$ ($p < 0,05$). Terdapat perbedaan asupan serat dengan $p \text{ value} = 0,001$ ($p < 0,05$). Tidak terdapat perbedaan asupan natrium setelah diberikan konseling gizi dengan $p \text{ value} = 0,399$ ($p < 0,05$). Terdapat perbedaan tekanan sistolik sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi $p = 0,003$ ($p < 0,05$). Terdapat perbedaan tekanan diastolik sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi $p = 0,016$ ($p < 0,05$). Persamaan penelitian terletak pada variabel penelitian yang digunakan yaitu pengetahuan, asupan serat, dan natrium dan jenis penelitian yaitu eksperimen semu, sedangkan perbedaannya terletak pada judul yaitu konsultasi gizi dan rancangan penelitian yaitu one group pretest posttest design.

2. Sherli Irmaviani, 2019. Efektivitas Media *Booklet* Tentang Informasi DASH (Dietary Approaches To Stop Hypertension) pada Pasien Hipertensi (Usia 35-44 Tahun) di Desa Muara Jekak Ketapang. Persamaan penelitian terletak pada variabel penelitian yang digunakan yaitu pengetahuan, penggunaan media penyuluhan yaitu booklet, serta jenis penelitian yaitu eksperimen semu. Sedangkan perbedaannya terletak pada rancangan penelitian yaitu *one group pretest posttest design* dan tidak ada variabel asupan natrium dan serat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada pengetahuan tentang informasi Diet DASH ($p=0,000$).

3. Savitri Intan Rachmasari Mardiana, 2022. Penggunaan Media Booklet Dalam Konseling Gizi Terhadap Skor Pengetahuan, Sikap, Asupan Natrium, dan Kalium pada Pasien Hipertensi. Persamaan penelitian terletak pada rancangan penelitian yang digunakan yaitu eksperimen semu dengan konsep two group pretest posttest design dan menggunakan media *booklet* dalam penelitian, serta penelitian dengan variabel pengetahuan dan asupan natrium. Sedangkan perbedaannya terletak pada metode penelitian dengan konseling gizi bukan penyuluhan gizi serta pada variabel penelitian yaitu tidak terdapat asupan serat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Konseling gizi tanpa media hanya berpengaruh meningkatkan skor pengetahuan dan sikap pasien hipertensi, sedangkan konseling gizi menggunakan media booklet berpengaruh meningkatkan skor pengetahuan, sikap, asupan natrium dan kalium pada pasien hipertensi di wilayah Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang..