

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan suatu penyakit kronik atau suatu penyakit yang tidak dapat ditularkan dari satu individu ke individu lainnya. Meningkatnya prevalensi PTM salah satunya diakibatkan oleh gaya hidup tidak sehat. Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2015 sekitar 1,13 Miliar penduduk di dunia menyandang hipertensi, diantaranya 1 dari 3 penduduk di dunia terdiagnosis hipertensi (Maulia, Hengky and Muin, 2021).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) saat ini terdapat 600 juta penderita hipertensi diseluruh dunia. Prevalensi hipertensi diprediksi pada tahun 2025 nanti akan mencapai 29% orang dewasa di seluruh dunia (Akbar *et al.*, 2020). Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia usia >18 tahun sebesar 34,1%. Hipertensi terjadi pada kelompok usia 45-54 tahun (45,3%), usia 55-64 tahun (55,2%), dan usia 65-74 tahun (63,2%) (Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan, 2018). Prevalensi hipertensi di DIY berdasarkan Riskesdas 2018 adalah 11,01%, hal ini lebih tinggi dibandingkan dengan angka nasional (8,8%). DIY menempati urutan ke-4 sebagai provinsi dengan kasus hipertensi yang tinggi. Berdasarkan Profil Kesehatan Kabupaten Sleman tahun 2020 menunjukkan prevalensi hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan untuk estimasi penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun sebanyak 65.139 orang (80,71%) dan

capaian pelayanan kesehatan hipertensi di Puskesmas Ngaglik I sebesar (38,44%) (Dinkes Sleman, 2020).

Hipertensi tidak dapat disembuhkan, akan tetapi dapat dikendalikan. Hal ini dapat dilakukan dengan cara merubah gaya hidup, melakukan pamantauan tekanan darah. Salah satu cara untuk mengontrol hipertensi adalah dengan cara melakukan pengaturan pola makan dengan metode diet DASH (*Dietary Approach to Stop Hypertension*), ini merupakan suatu diet sayuran serta buah yang banyak mengandung serat pangan (30 g/hari) dan mineral (kalium, magnesium dan kalium) dan asupan garamnya dibatasi (Fatmawati and Suprayitna, 2023).

Tingginya prevalensi hipertensi dipengaruhi beberapa faktor, seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, genetik, diet yang tidak sehat (konsumsi garam berlebihan, makan makanan yang berlemak), tidak teraturnya aktivitas fisik, obesitas, konsumsi alkohol, merokok, stres, konsumsi kopi dan tidak teratur cek tekanan darah (Indriani *et al.*, 2021).

Penelitian Chendra (2020) menjelaskan terdapat hubungan yang bermakna ($p < 0,005$) antara variabel independen (jenis kelamin, lama menderita hipertensi, riwayat penyakit lain dan keteraturan minum obat) dengan kualitas hidup lansia peserta prolanis (Chendra, Misnaniarti and Zulkarnain, 2020).

Upaya yang sudah dilakukan pemerintah untuk mengatasi hipertensi yaitu advokasi, kerjasama lintas sektor dan kemitraan dengan jejaring serta peningkatan kapasitas SDM sehingga orang dengan faktor resiko hipertensi

dapat dicegah segera agar tidak menjadi hipertensi dan orang yang hipertensi dapat dikendalikan agar tidak semakin parah (Dinkes Sleman, 2020).

Di Puskesmas Ngaglik I hampir semua pasien telah mendapatkan edukasi tentang bagaimana cara pengendalian agar tekanan darah normal, akan tetapi masih banyak pasien yang tidak menerapkannya didalam kehidupan sehari-hari.

Untuk mengatasi hipertensi, Puskesmas Ngaglik I membentuk sebuah kelompok yang dinamakan kelompok prolanis hipertensi, yang mana pada kelompok ini diadakan pertemuan dua kali dalam sebulan. Selain membentuk kelompok prolanis, cara lain untuk mengatasi hipertensi yaitu memberikan penanganan berupa obat penurun tekanan darah dan juga memberikan edukasi gizi kepada anggota prolanis yang menderita hipertensi, edukasi diberikan melalui media cetak berupa leaflet.

Untuk menambah pengetahuan masyarakat tentang diet DASH dapat ditingkatkan dengan melalui edukasi kepatuhan diet, salah satunya yaitu melalui buku saku. Buku saku merupakan salah satu media untuk menyampaikan pesan kesehatan dengan bentuk desain kecil dan sifatnya praktis. Kelebihan buku saku ini selain praktis juga memiliki desain yang menarik yang mampu merangsang minat membaca dan juga mudah dibawa kemana saja (Ii and Yogyakarta, 2018).

Menurut penelitian Laila (2022) rata-rata pengetahuan meningkat setelah konseling gizi dengan media buku saku hipertensi pada kelompok hipertensi yaitu rata-rata pengetahuan pra lansia penderita hipertensi sebelum

konseling gizi dengan media buku $8,9\pm 0,852$ dan pada kelompok pembandingan $7,25\pm 0,786$ dan ada pengaruh konseling gizi sebelum dan sesudah menggunakan media buku saku hipertensi terhadap perubahan kepatuhan diet pada pra lansia penderita hipertensi dengan nilai ($p\ value = 0,000$) (Laila, Nurhamidah and Angelia, 2022).

Menurut penelitian Eliana menjelaskan ada perbedaan tingkat pengetahuan gizi antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui buku saku, yang mana ada pengaruh buku saku gizi terhadap peningkatan pengetahuan gizi (Hapsari, yuniarti, S.Gz and Sulistyowati, 2015).

Penelitian lain yaitu Hapsari (2015) menjelaskan edukasi menggunakan bantuan media buku saku yang merupakan komunikasi satu arah efektif dalam merubah pengetahuan dan kebiasaan makan natrium pada remaja di SMAN 15 Semarang mengenai pencegahan hipertensi (Hapsari, yuniarti, S.Gz and Sulistyowati, 2015). Penelitian Relawati (2018) yang menjelaskan bahwa edukasi menggunakan buku saku berhasil meningkatkan pengetahuan pasien dialyisis gagal ginjal kronik yang menjalankan hemodialyisis (Relawati *et al.*, 2018). Penelitian Laila (2022) menjelaskan bahwa ada pengaruh konseling gizi sebelum dan sesudah dengan media buku saku hipertensi terhadap perubahan kepatuhan diet pada pra lansia penderita hipertensi di Puskesmas Lembah Binuang (Laila, Nurhamidah and Angelia, 2022).

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Media Edukasi Buku Saku terhadap

Pengetahuan dan Kepatuhan Diet DASH pada Anggota Prolanis Hipertensi di Puskesmas Ngaglik I Sleman Yogyakarta”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh media edukasi buku saku terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet dash pada anggota prolanis hipertensi di Puskesmas Ngaglik I Sleman Yogyakarta?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian media edukasi buku saku terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet DASH pada anggota prolanis hipertensi dibandingkan dengan leaflet di Puskesmas Ngaglik I Sleman Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui peningkatan pengetahuan dan kepatuhan diet DASH pada anggota prolanis hipertensi sebelum dan sesudah diberikan media edukasi buku saku.
- b. Mengetahui peningkatan pengetahuan dan kepatuhan diet DASH pada anggota prolanis hipertensi sebelum dan sesudah diberikan media edukasi leaflet.
- c. Mengetahui perbedaan peningkatan pengetahuan dan kepatuhan diet DASH pada anggota prolanis hipertensi antara kelompok yang diberikan media edukasi buku saku dan kelompok yang diberikan leaflet.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah gizi klinik, khususnya dalam hal penggunaan media buku saku terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet DASH pada anggota prolanis hipertensi di Puskesmas Ngaglik I Sleman Yogyakarta.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan penelitian lebih lanjut atau sumber pemikiran baru yang dapat digunakan untuk pedoman dalam pelaksanaan edukasi gizi berbasis media cetak.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan untuk menambah pengetahuan pembaca dan menjadi sumber referensi bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian lanjutan terkait dengan topik penelitian ini, terkhususnya bagi mahasiswa gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

b. Bagi Puskesmas

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk menjadi salah satu media edukasi gizi terutama dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan diet DASH pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Ngaglik 1 Sleman Yogyakarta.

c. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang kepatuhan diet DASH melalui pengembangan buku saku sehingga dapat menjadi pedoman kesehatan yang lebih efektif dan mudah dalam mengobati maupun mencegah hipertensi.

d. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan peneliti sehingga peneliti dapat berpikir secara sistematis.

F. Keaslian Penelitian

1. Laila, dkk (2022) dengan judul *Konseling Gizi Dengan Media Buku Saku Hipertensi Terhadap Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Pada Pra Lansia Penderita Hipertensi*. Metode penelitian yang digunakan adalah *quasy experiment* dengan desain *pre-test and posttest control group*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh konseling gizi dengan media buku saku hipertensi terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet pada pra lansia penderita hipertensi di Puskesmas Lembah Binuang. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pengaruh buku saku hipertensi dan kepatuhan diet. Persamaan penelitian ini adalah variabel yang digunakan sama yaitu kepatuhan diet hipertensi dan pengetahuan. Sedangkan perbedaan dalam penelitian ini yaitu sasaran dan lokasi penelitian.

2. Marlinda Kartika Apandano (2022) dengan judul Pengaruh Buku Saku “*goodbye hypertension*” Terhadap Pengetahuan dan Kepatuhan Konsumsi Natrium pada Pasien Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping II Sleman D.I Yogyakarta. Desain penelitian ini adalah *one group pretest-posttest* dengan uji statistik *Paired T-Test* dan uji *Wilcoxon* jika data tidak terdistribusi normal. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian buku saku *goodbye hypertension* terhadap pengetahuan dan kepatuhan konsumsi natrium pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping II D.I Yogyakarta. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu pengaruh buku saku *goodbye hypertension* dan kepatuhan diet. Persamaan penelitian ini adalah variabel yang digunakan yaitu kepatuhan diet hipertensi. Sedangkan perbedaan dalam penelitian ini yaitu lokasi penelitian dan jumlah media yang digunakan untuk meningkatkan kepatuhan diet hipertensi.

G. Produk yang Dihasilkan

Produk yang dihasilkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Produk yang Dihasilkan dalam Penelitian

Nama Produk	Karakteristik	Jenis Media	Sasaran
Buku saku	Berukuran 13,5 cm x 18 cm atau A6 Jumlah \leq 24 halaman	Visual	Pasien Hipertensi Kelompok Eksperimen