

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu faktor penting sebagai pemicu penyakit tidak menular (*non communicable disease* = NCD) seperti penyakit jantung, stroke dan yang lainnya. Berdasarkan data WHO 2006, penyakit yang disebabkan oleh hipertensi menjadi salah satu penyebab kematian paling tinggi di dunia. Sedangkan berdasarkan hasil penelitian *sporadic* di 15 Kabupaten/Kota di Indonesia yang dilakukan oleh Felly PS dkk (2011-2012) dari Badan Litbangkes Kemkes, memberikan fenomena 17,7% kematian disebabkan oleh stroke dan 10% kematian disebabkan oleh *Ischaemic Heart Disease* (penyakit jantung koroner).¹

Prevalensi hipertensi berdasarkan Badan Litbangkes Kemkes: Riskesdas 2013, DIY Yogyakarta berada di posisi ketiga dengan prevalensi sebesar 12,8% seperti pada daerah Kota Yogyakarta. Berdasarkan Profil Kesehatan Tahun 2015 Kota Yogyakarta dengan data berasal dari seksi pengendalian penyakit Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta terdapat wilayah/kecamatan dengan penderita hipertensi paling banyak ada di Kota Yogyakarta, yaitu Gondokusuman. Kecamatan Gondokusuman khususnya yang berada di bawah wilayah kerja Puskesmas Gondokusuman 1 persentase penderita hipertensi berada di posisi paling tinggi, yaitu 37,51%.²

Tingkat kesadaran akan kesehatan di Indonesia masih rendah dimana jumlah pasien yang tidak menyadari bahwa dirinya menderita hipertensi dan yang tidak minum obat dengan patuh kemungkinan lebih besar. Perubahan tersebut disebabkan meningkatnya ilmu kesehatan dan pengobatan serta pengaruh sosial ekonomi di masyarakat yang berdampak pada budaya dan gaya hidup di masyarakat.³

Konseling gizi merupakan salah satu upaya meningkatkan pengetahuan dan kemampuan individu atau keluarga tentang gizi. Konseling adalah suatu bentuk pendekatan yang digunakan dalam asuhan gizi untuk menolong individu dan keluarga memperoleh pengertian yang lebih baik tentang permasalahan yang sedang dihadapi. Setelah melakukan konseling diharapkan individu dan keluarga mampu mengambil langkah-langkah untuk mengatasi masalah gizinya termasuk perubahan pola makan serta memecahkan masalah terkait gizi kearah kebiasaan hidup sehat.⁴

Selama menyampaikan suatu materi atau informasi perlu digunakan suatu media agar apa yang ingin disampaikan bisa dipahami dan dimengerti oleh seseorang dengan lebih mudah. Media merupakan jembatan penghubung dalam menyampaikan suatu informasi kepada orang lain. Salah satu media yang bisa digunakan untuk menyampaikan informasi tersebut adalah buklet. Buklet sendiri merupakan buku kecil dengan struktur isi buklet menyerupai buku (pendahuluan, isi, penutup), hanya saja cara penyajian jauh lebih singkat daripada sebuah buku.⁵

Selama ini tidak banyak pasien hipertensi yang menjalankan diet dengan baik apabila pasien merasa tubuhnya masih sehat. Hal ini didukung pula oleh kebiasaan makan sehari-hari selama ada di rumah yang juga dipengaruhi oleh anggota keluarga lainnya. Apabila keluarga kurang mendukung jalannya diet hipertensi yaitu dengan masih menyediakan makanan yang digoreng atau bersantan di rumah, maka pola makan yang dianjurkan untuk dilakukan oleh pasien hipertensi tidak akan berjalan dengan baik. Diet bisa berjalan dengan baik apabila pasien mendapatkan dukungan dari berbagai pihak, terutama dari keluarga yang selalu berinteraksi setiap harinya dengan pasien.

Perubahan kebiasaan makan dan gaya hidup tidak bisa dimulai dari dalam diri sendiri saja, perlu dukungan dari berbagai pihak termasuk dari keluarga pasien. Apabila seseorang mendapat dukungan dari orang terdekat, maka akan muncul motivasi dari dalam diri sendiri untuk melakukan suatu perubahan. Baik perubahan menuju ke arah yang lebih baik maupun yang sebaliknya. Keluarga sendiri merupakan bagian dari manusia yang setiap hari selalu berinteraksi satu sama lainnya. Melalui keluarga segala sesuatu yang terjadi bisa disampaikan dengan baik, sehingga tidak ada suatu informasi apapun yang tertutupi.⁶

Hal yang bisa dilakukan untuk membantu pasien dan keluarganya mengatasi masalah hipertensi adalah dengan melakukan pendampingan keluarga dimana keluarga akan diberikan informasi dan motivasi mengenai apa saja yang harus dilakukan untuk mengatasi masalah hipertensi pada salah

satu anggota keluarganya melalui konseling gizi. Melalui pemberian informasi dan motivasi tersebut diharapkan anggota keluarga terdekat bisa dan mampu secara mandiri turut bertarsipasi dalam jalannya pengobatan anggota keluarganya yang menderita hipertensi agar keberhasilan pengobatan bisa meningkat. Agar informasi dan motivasi tersebut bisa sampai dengan baik pada pasien dan keluarganya, perlu digunakan suatu media seperti buklet. Melalui buklet, keluarga pasien hipertensi bisa belajar secara mandiri cukup melalui membaca buklet tersebut. Struktur yang mirip dengan buku, hanya saja materi yang disampaikan lebih singkat membuat buklet menjadi media yang tepat untuk belajar anggota keluarga secara mandiri. Apabila menggunakan leaflet, tidak semua anggota keluarga bisa langsung memahami isi leaflet tersebut dikarenakan penyajiannya yang lebih singkat. Tetapi apabila menggunakan buklet, diharapkan bisa menyampaikan materi yang lebih banyak tanpa membuat anggota keluarga yang mempelajirnya secara mandiri menjadi bingung.

Oleh sebab itulah pada penelitian ini, peneliti menghasilkan produk berupa pemberian buklet hipertensi disertai dengan pendampingan keluarga dengan tujuan pembuatan produk tersebut adalah untuk mengetahui sejauh mana pemberian buklet hipertensi dengan pendampingan keluarga bisa mempengaruhi asupan makan serta tekanan darah pasien hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada perbedaan pemberian buklet hipertensi dan pendampingan keluarga pada perubahan asupan makan dan tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Gondokusuman 1?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui perbedaan pemberian buklet hipertensi dan pendampingan keluarga terhadap perubahan asupan makan dan tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Gondokusuman 1

2. Tujuan Khusus:

- a. Diketuainya persentase asupan makan sebelum dan sesudah pasien mendapatkan perlakuan yaitu buklet hipertensi dan buklet hipertensi dengan pendampingan keluarga
- b. Diketuainya tekanan darah sebelum dan sesudah pasien mendapatkan perlakuan yaitu buklet hipertensi dan buklet hipertensi dengan pendampingan keluarga
- c. Diketuainya perbedaan asupan makan sebelum dan sesudah pasien mendapatkan perlakuan yaitu buklet hipertensi buklet hipertensi dengan pendampingan keluarga
- d. Diketuainya perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah pasien mendapatkan perlakuan yaitu buklet hipertensi buklet hipertensi dengan pendampingan keluarga

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah gizi klinik yaitu promosi kesehatan dalam bentuk konseling gizi

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai perbedaan pemberian buklet hipertensi dan pendampingan keluarga pada asupan makan dan tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Gondokusuman 1

2. Manfaat Praktis

a. Institusi yaitu Puskesmas Gondokusuman 1

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pemberdayaan anggota keluarga dalam menjalankan diet yang dianjurkan agar asupan makan bisa sesuai dengan kebutuhan bagi anggota keluarga yang menderita hipertensi

b. Penderita hipertensi

Memberikan penjelasan mengenai manfaat dari ketepatan asupan makan sehari dan pemberdayaan keluarga untuk membantu menurunkan tekanan darah penderita hipertensi melalui penatalaksanaan non farmakologi

F. Keaslian Penelitian

1. Jurnal Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Hipertensi oleh Kurniawati, Wiwiek Widiatie tahun 2016.⁷ Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet pasien hipertensi. Jenis penelitian yang digunakan adalah pra eksperimen dengan pendekatan one group prepost test design. Uji yang digunakan adalah uji statistic *Wilcoxon*. Hasil penelitian ini adalah ada pengaruh yang signifikan dari pemberian pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan pada penderita hipertensi. Pada penelitian ini terdapat perbedaan yaitu penggunaan kuesioner untuk melakukan pengambilan data sebelum dan sesudah intervensi, teknik sampling yang digunakan adalah *systematic simple random sampling* lalu subyek pada penelitian adalah lansia penderita hipertensi. Persamaan yang ada adalah tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet pasien hipertensi.
2. Naskah Publikasi Pengaruh Program Edukasi Hipertensi Terhadap Penatalaksanaan Diet Rendah Natrium Dan Kolesterol Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan 1 Bantul Yogyakarta oleh Agung Pranoto tahun 2015.⁸ Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh program edukasi hipertensi terhadap penatalaksanaan diet pada penderita hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Kasihan 1 Bantul Yogyakarta. Jenis penelitian adalah kuantitatif dengan desain penelitian *Quasi Experimental one group pre-postest*. Analisa data yang digunakan

adalah *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil penelitian ini adalah ada pengaruh program edukasi hipertensi terhadap penatalaksanaan diet rendah natrium dan kolesterol pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kasihan 1 Bantul. Pada penelitian ini terdapat perbedaan yaitu desain penelitian menggunakan *Quasi Experimental one group pre-post test*, teknik pengambilan data menggunakan *purposive sampling* serta instrumen yang digunakan yaitu kuesioner data demografi dan kuesioner penatalaksanaan diet rendah natrium dan kolesterol. Persamaan yang ada adalah tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian pendidikan kesehatan tentang hipertensi terhadap penatalaksanaan diet.

3. Skripsi Pengaruh Pendidikan kesehatan Hipertensi Pada Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Rendah Garam Lansia Hipertensi di Kecamatan Sukolilo Kabupaten Pati oleh Andik Sumantri pada tahun 2014⁹. Tujuan pada penelitian ini adalah diketahuinya pengaruh pendidikan kesehatan hipertensi pada keluarga terhadap kepatuhan diet rendah garam lansia hipertensi. Metode yang digunakan adalah dengan menggunakan desain *Non equivalent control group*. Sampling yang digunakan adalah *non probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Uji yang digunakan adalah uji *McNemar* dan *Uji Chi-Square*. Hasil penelitian adalah pendidikan kesehatan hipertensi berpengaruh terhadap kepatuhan diet rendah garam pada lansia hipertensi. Perbedaan pada penelitian ini adalah subyek yang digunakan, yaitu lansia serta uji yang digunakan berbeda, instrumen yang digunakan yaitu kuesioner tentang identitas pasien dan kuesioner tentang

kepatuhan diet. Persamaan pada penelitian ini ada pada tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian pendidikan kesehatan hipertensi terhadap kepatuhan diet.