

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan suatu keadaan kronis ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri (Medika, 2017). Hipertensi terjadi jika tekanan darah sistolik dan diastolik diatas batas normal, menurut *World Health Organization (WHO) 2023* Hipertensi atau Tekanan darah tinggi terjadi Ketika tekanan darah >140/90 mmHg. Hipertensi Sering di sebut dengan “*silent killer*” karena sering tidak menunjukkan tanda dan gejala, namun jika dibiarkan dan berlangsung dalam jangka waktu lama dapat menjadi penyebab utama gagal jantung, stroke dan gagal ginjal (Kartika, 2021).

Data World health Organization (WHO) 2023 diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi dan merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Jumlah penderita Hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. Di Indonesia, berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 prevalensi hipertensi adalah 34,1% dengan prevalensi tertinggi di Kabupaten Kulon Progo sebesar 34,70%

. Prevalensi kejadian hipertensi berdasarkan hasil Riskesdas 2018 di DI Yogyakarta 32,86%. Berdasarkan STP Puskesmas maupun STP RS Hipertensi selalu masuk dalam 10 besar penyakit sekaligus 10 besar

penyebab kematian di DIY selama beberapa tahun terakhir. Berdasarkan profil Kesehatan DI Yogyakarta bahwa hipertensi adalah penyakit yang sering muncul (kasus baru) di DIY pada tahun 2022 berdasarkan Surveilans Terpadu Penyakit (STP) puskesmas yaitu sebesar 57,3% dengan prevalensi tertinggi di Kabupaten Kulon Progo yaitu penderita Hipertensi Berusia ≥ 15 Tahun Laki-Laki dan Perempuan yaitu sebanyak 41.016 Kasus.

Hipertensi memiliki dua faktor penyebab yaitu faktor yang tidak dapat dikendalikan dan faktor yang dapat dikendalikan, Salah satu faktor yang dapat dikendalikan yaitu pola makan. Pola makan yang buruk dapat menyebabkan hipertensi (Shi *et al.*, 2019). Pola makan yang tidak sehat menyebabkan konsumsi nutrisi tidak teratur, yang dapat mengakibatkan peningkatan tekanan darah. Natrium dan kalium berperan penting dalam perkembangan penyakit Hipertensi. Peningkatan konsumsi natrium menyebabkan retensi cairan dalam tubuh, sehingga mengakibatkan peningkatan volume darah. Dibandingkan dengan natrium, kalium secara signifikan berdampak pada penurunan tekanan darah dengan meningkatkan vasodilatasi, yang mengakibatkan berkurangnya retensi perifer total dan peningkatan curah jantung (Sangadah, 2022). Kalium dan natrium merupakan dua mineral yang bekerja sama untuk menjaga keseimbangan cairan, elektrolit, dan asam basa, oleh karena itu kedua mineral ini mempengaruhi pengaturan tekanan darah (Fitri, 2018)

Faktor dari pola makan yang buruk karena kurangnya pengetahuan, seperti pada penelitian yang dilakukan oleh sari 2022 bahwa pengetahuan

yang kurang 2 kali lebih beresiko memiliki perilaku makan penyebab Hipertensi (Sari *et al.*, 2022). Pengetahuan adalah salah satu komponen yang dapat mempengaruhi pola makan, Pengetahuan tentang gizi telah terbukti membantu orang memilih makanan yang lebih sehat (Rusdi, 2021). Menurut WHO bahwa Pola makan yang sehat merupakan manfaat dari Pendidikan, oleh karena itu perlu adanya edukasi gizi sebagai Upaya untuk meningkatkan pengetahuan. Edukasi gizi adalah Proses yang sangat luas untuk mengubah perilaku sehingga seseorang dapat menerapkan kebiasaan makan yang baik dalam kehidupan sehari-hari (Rusdi, 2021). Dalam kegiatan edukasi gizi diperlukan media untuk mendapatkan hasil yang lebih efektif.

Media edukasi akan mempermudah audiens untuk menerima dan memahami materi yang disampaikan, dan juga media dapat membantu edukator dalam penyampaian materi (Safitri and Fitrianti, 2016), salah satunya yaitu *flipchart* merupakan media cetak penyampaian pesan yang menarik. *Flipchart* adalah lembar kertas kalender atau album yang disusun dan diikat pada bagian atasnya (Yuanta *et al.*, 2023). Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Siti Rochani Tentang Efektivitas Pendidikan Kesehatan dengan *Flipchart* menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan dan kepatuhan pada pasien yang telah diberikan intervensi menggunakan media *Flipchart*. Selain itu pada penelitian yang dilakukan oleh Juwita, (2022) bahwa peningkatan pengetahuan dan sikap menggunakan media *flipchart* lebih signifikan dibandingkan dengan penggunaan media *Leaflet*. Pada penelitian ini mayoritas subjek yaitu pada usia lanjut sehingga peneliti

mempertimbangkan untuk menggunakan media cetak *Flipchart* dan tidak menggunakan unsur teknologi, berdasarkan data statistik bahwa Akses internet maupun perangkat TIK pada lansia di Indonesia masih tergolong rendah, terutama di daerah pedesaan, data sensus 2021 menunjukkan bahwa dari daftar lansia yang menggunakan ponsel 52,23% tinggal di daerah perkotaan sedangkan 40,46% sisanya tinggal di daerah pedesaan. Selain itu terdapat hambatan penggunaan teknologi komunikasi oleh lansia salah satunya yaitu hambatan fungsional yaitu kondisi fisik lansia, seperti penglihatan, keterbatasan menggunakan layar sentuh atau membaca teks kecil dan hambatan motorik (Yasmin, 2025).

Media edukasi di Puskesmas Galur II menggunakan *leaflet*, namun penerapan diet pasien belum konsisten sehingga tekanan darah pasien masih cukup tinggi. Kegiatan Prolanis Hipertensi diadakan Setiap bulan, tetapi kegiatan edukasi gizi prolanis hipertensi tidak dilakukan setiap bulan dan hanya melakukan konseling kepada dokter. Oleh karena itu peneliti tertarik melakukan penelitian terkait Pada Pasien Hipertensi yaitu memberikan intervensi edukasi gizi menggunakan media *Flipchart* terhadap Pengetahuan dan Asupan Natrium, Kalium pada pasien hipertensi di Puskesmas Galur II.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh media edukasi *flipchart* terhadap pengetahuan dan Asupan natrium, kalium pasien Hipertensi di Puskesmas Galur II ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian media *Flipchart* terhadap pengetahuan dan Asupan Natrium, Kalium pasien Hipertensi dibandingkan dengan *leaflet* di Puskesmas Galur II.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah mendapatkan edukasi gizi dengan media *Flipchart*.
- b. Mengetahui perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah mendapatkan edukasi gizi dengan media *Leaflet*.
- c. Mengetahui perbedaan perubahan pengetahuan antara pasien hipertensi yang mendapatkan edukasi gizi dengan media *Flipchart* dibandingkan *Leaflet*.
- d. Mengetahui perbedaan Asupan Natrium sebelum dan sesudah mendapatkan edukasi gizi dengan media *Flipchart*.
- e. Mengetahui perbedaan Asupan Natrium sebelum dan sesudah mendapatkan edukasi gizi dengan media *Leaflet*.
- f. Mengetahui perbedaan perubahan asupan natrium antara pasien hipertensi yang mendapatkan edukasi gizi dengan media *Flipchart* dibandingkan *Leaflet*.
- g. Mengetahui perbedaan Asupan Kalium sebelum dan sesudah mendapatkan edukasi gizi dengan media *Flipchart*.

- h. Mengetahui perbedaan Asupan Kalium sebelum dan sesudah mendapatkan edukasi gizi dengan media *Leaflet*.
- i. Mengetahui perbedaan perubahan asupan kalium antara pasien hipertensi yang mendapatkan edukasi gizi dengan media *Flipchart* dibandingkan *Leaflet*.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah Gizi Klinik. Ruang lingkup yang akan dibahas dalam penelitian ini yakni perbedaan sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan media *flipchart* terhadap pengetahuan dan Asupan Natrium, Kalium pada pasien Hipertensi.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini akan memberikan masukan, menambah pengetahuan, wawasan, dan pengalaman peneliti maupun penelitian selanjutnya mengenai pengaruh edukasi gizi menggunakan media *flipchart* terhadap pengetahuan dan Asupan Natrium, Kalium pada pasien Hipertensi

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan menjadi bahan pertimbangan pasien hipertensi agar lebih bijak dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi.

F. Keaslian penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Penelitian dan Judul	Hasil penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Widiyawati.A,dkk (2023) Pengaruh Media <i>Flipchart</i> terhadap Asupan Natrium dan Kalium pada Pasien Hipertensi.	Ada perbedaan pengaruh media <i>flipchart</i> terhadap asupan kalium pasien hipertensi di Puskesmas Kaliwates	Intervensi dengan media <i>flipchart</i> dan Variabel penelitian ini yaitu Asupan Natrium dan Kalium Pada pasien Hipertensi	Sasaran, Lokasi penelitian. Metode dan desain Penelitian
2.	Savitri Rachmasari Mardiana, (2022) Penggunaan Booklet Konseling Terhadap Skor Pengetahuan, Sikap, Asupan Natrium dan Kalium pada Pasien Hipertensi	Ada peningkatan pengetahuan dan sikap pasien Hipertensi	Jenis Penelitian yaitu <i>quasi experimental</i> variabel terikat terdapat pengetahuan dan Asupan Natrium, Kalium	Sasaran, Lokasi penelitian. Dan penelitian ini juga menggunakan variabel terikat yaitu sikap.
3.	Marlinda Kartika apando (2022) Pengaruh Buku Saku “Goodbye Hypertension” terhadap pengetahuan dan kepatuhan Konsumsi Natrium pada pasien Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping II Sleman D.I Yogyakarta	Ada pengaruh perbedaan pengetahuan dan kepatuhan konsumsi natrium setelah diberikan edukasi buku saku	Variabel terikat pengetahuan dan konsumsi natrium	Jenis penelitian quasi Experimental dengan desain penelitian one group pretest-posttest dan variabel terikat natrium kalium