

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit tidak menular merupakan penyebab risiko kematian terbesar di dunia. Salah satu penyakit tidak menular yang menyumbang 80% kematian dari seluruh dunia merupakan hipertensi (WHO, 2023). Diagnosis hipertensi apabila hasil tekanan darah sistolik >140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik >90 mmHg secara berulang (PERKI, 2022). Prevalensi hipertensi di wilayah asia tenggara mencapai 39,9% dari total populasi hipertensi. Variabilitas yang tinggi dalam prevalensi hipertensi menyebabkan disparitas yang besar dari tingkat global hingga nasional (Mills, Stefanescu and He, 2020).

Angka prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran dengan usia >18 tahun di Indonesia mencapai 29,2% atau setara dengan 598.983 penduduk. Dengan prevalensi di Yogyakarta termasuk dalam urutan ke-6 sebagai kasus hipertensi tinggi dengan persentase 31,8% (KEMENKES, 2023). Prevalensi tersebut masih belum mencapai target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional tahun 2024 sebesar 23,4% (RPJMN, 2019). Berdasarkan Laporan Dinas Kesehatan DIY, hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan angka kejadian terbanyak dengan 127.684 kasus Surveilans Terpadu Penyakit (STP) Puskesmas dan 10.118 kasus pada Surveilans Terpadu Penyakit (STP) rumah sakit (Dinkes DIY, 2022).

Puskesmas Gamping I merupakan salah satu puskesmas di Daerah Istimewa Yogyakarta. Berdasarkan Laporan Dinas Kesehatan Yogyakarta, puskesmas gamping I menempati urutan ke-3 dengan angka hipertensi tinggi dengan jumlah penderita 4.643 kasus (Riyantina, Hartini and Setiyobroto, 2017). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas gamping I, jumlah penderita hipertensi yang berkunjung pada bulan Januari – April 2024 yaitu sebanyak 720 pasien. Pasien dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping I tersebar di dua desa yaitu Desa Ambarketawang dengan 406 pasien dan Desa Balecatur dengan 314 Pasien. Pemberian layanan

kesehatan telah memberikan penyediaan konseling gizi dengan *leaflet* diet rendah garam dan *e-konseling* via email, akan tetapi jumlah pasien hipertensi masih dalam kategori banyak di wilayah tersebut.

Penatalaksanaan hipertensi perlu dilakukan untuk mengurangi dampak jangka pendek oleh kenaikan tekanan darah yang menyebabkan kerusakan (nekrosis) dan mencegah dampak jangka panjang yang dapat mempengaruhi dinding pembuluh darah (Wulandari, Sari and Ludiana, 2023). Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan farmakologis (obat-obatan) dan non-farmakologis (modifikasi gaya hidup) (Sawitri and Nadira, 2023). Adapun penelitian (Kodela *et al.*, 2023) merekomendasikan modifikasi gaya hidup dalam upaya penurunan tekanan darah yaitu dengan menerapkan pola makan diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*). Namun pada kenyataannya, pasien hipertensi di Puskesmas Gamping I banyak yang belum mengetahui tentang diet DASH. Kebanyakan pasien mengetahui bahwa pengurangan garam adalah salah satu cara mengatasi hipertensi. Kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang penyakit hipertensi masih rendah, hal ini dibuktikan dengan masyarakat lebih memilih makanan cepat saji yang biasanya rendah serat, namun tinggi lemak, gula dan garam. Hal ini yang dapat menyebabkan tingginya risiko terjadinya kekambuhan hipertensi (Utami, 2020a).

Konseling gizi merupakan salah satu aspek penting dalam perbaikan pola makan pasien hipertensi melalui pemberian informasi dalam modifikasi perubahan kepatuhan diet DASH (Rosa and Natalya, 2023). Pendekatan dan penerapan diet DASH dapat digunakan untuk penurunan tekanan darah pasien hipertensi (Onwuzo *et al.*, 2023). Berdasarkan penelitian yang dilakukan konseling merupakan alternatif intervensi terhadap kepatuhan diet DASH yang dapat menurunkan kadar tekanan darah (Fatmawati, Suprayitna and Prihatin, 2023).

Proses konseling akan lebih efektif apabila dikombinasikan dengan media seperti *leaflet*, *booklet*, *aplikasi*, *pillcard* yang dapat memperjelas penyampaian pesan *diet dash* dibandingkan dengan konseling biasa tanpa

adanya media tambahan (D. P. Sari *et al.*, 2023). Hal ini selaras dengan hasil penelitian yang telah dilakukan (Firtiany, 2023), media *leaflet* merupakan salah satu pelengkap media yang dapat mempengaruhi kepatuhan *diet dash* pada pasien hipertensi. Selain media *leaflet* yang digunakan untuk proses konseling pasien hipertensi, perlunya media lain untuk proses monitoring dan evaluasi (Sulviani, Kurniasari and Elvandari, 2022).

Media yang dipilih dalam penelitian ini adalah media *telehealth* yang bertujuan untuk memudahkan pasien untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan diet DASH yang disarankan pada karena media dilengkapi dengan *Website* menggunakan *platform* pengembangan GitHub tanpa biaya keberlanjutan. Media yang dipilih untuk kelompok kontrol adalah *Leaflet* karena dalam pemberian konseling di Puskesmas Gamping I, Gamping, Sleman, Yogyakarta telah menggunakan media tersebut dalam proses konseling. Diberikannya media *telehealth* BERKIAT diharapkan dapat membantu pasien dalam memahami dan memudahkan untuk mengingat pesan untuk mematuhi diet DASH yang disarankan oleh tenaga kesehatan untuk pasien hipertensi.

B. Rumusan Masalah

“Apakah konseling gizi dengan media *telehealth* BERKIAT (Bersama Kita Sehat) dapat meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan diet DASH dibandingkan media *leaflet* pada pasien hipertensi di Puskesmas Gamping I?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui perbedaan konseling gizi dengan media *telehealth* BERKIAT (Bersama Kita Sehat) dibandingkan media *leaflet* untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan diet DASH pasien hipertensi di Puskesmas Gamping I.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui perbedaan pengetahuan pasien hipertensi tentang diet DASH sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi dengan media *Leaflet*
- b. Mengetahui perbedaan pengetahuan pasien hipertensi tentang diet DASH sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi dengan media *Telehealth* BERKIAT
- c. Mengetahui perbedaan peningkatan pengetahuan diet DASH pasien hipertensi dengan konseling gizi menggunakan media *telehealth* BERKIAT (Bersama Kita Sehat) dibandingkan media *leaflet*
- d. Mengetahui perbedaan kepatuhan diet DASH pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikannya konseling gizi dengan media *Leaflet*
- e. Mengetahui perbedaan kepatuhan diet DASH pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikannya konseling gizi dengan media *Telehealth* BERKIAT
- f. Mengetahui perbedaan peningkatan kepatuhan diet DASH pasien hipertensi dengan konseling gizi menggunakan media *telehealth* BERKIAT (Bersama Kita Sehat) dibandingkan media *leaflet*

D. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup pada penelitian ini adalah bidang keilmuan gizi klinik.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis:

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan keilmuan khususnya pengendalian penyakit hipertensi.

2. Manfaat Praktis:

a. Bagi Puskesmas Gamping I

Memberikan gambaran media yang dapat digunakan dalam konseling gizi di Puskesmas Gamping I untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan diet DASH pada pasien hipertensi

b. Bagi pasien hipertensi di Puskesmas Gamping I

Tersedianya media *Telehealth* BERKIAT sebagai pedoman dan bahan pertimbangan pasien hipertensi agar lebih bijak dalam memilih makanan yang akan dikonsumsi sesuai dengan anjuran diet dari petugas Kesehatan

c. Bagi Institusi Pendidikan Tinggi Vokasi Gizi

Memberikan gambaran media yang memanfaatkan *platform* digital yang dapat digunakan dalam media pembelajaran dan pendidikan gizi khususnya dalam upaya peningkatan pengetahuan terkait dengan diet DASH.

d. Bagi Peneliti Lain

Memberikan referensi dan pertimbangan dalam membuat inovasi media konseling gizi.

e. Bagi Peneliti

Meningkatkan wawasan dan menambah pengalaman dalam melakukan penelitian serta menambah teori dan inovasi media dalam pengembangan media konseling gizi.

F. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian seperti yang tercantum pada Tabel 1.

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Prasityo <i>et al.</i> , 2023 (Prastiyo <i>et al.</i> , 2023)	Peningkatan Pengetahuan Lansia dengan Hipertensi Menggunakan Booklet QR-Code Terintegrasi Website	Tujuan penelitian yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh media terhadap pengetahuan hipertensi, serta metode penelitian yang menggunakan metode <i>Quasy experimental</i>	Dalam mengetahui peningkatan pengetahuan pasien hipertensi pada lansia, media yang digunakan dalam penelitian sebelumnya adalah media Booklet QR-Code yang diberikan dalam kegiatan penyuluhan
2.	Aliyanto <i>et al.</i> , 2021 (Aliyanto <i>et al.</i> , 2021)	Pengembangan Telehealth “SIPISPeKa” sebagai Solusi Mensukseskan Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (PIS-PK)	Media yang dilakukan dalam penelitian <i>telehealth</i> dan teknik pengambilan sampel <i>Purposive Sampling</i> .	Topik pada penelitian sebelumnya merupakan penerapan kesehatan melalui pendekatan keluarga
3	Firtiany, 2023 (Firtiany, 2023)	Pengaruh Edukasi Diet Dash (<i>Dietary Approaches To Stop Hypertension</i>) Dengan Metode Ceramah Dan Media Leaflet Terhadap Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi	Media yang dilakukan dalam penelitian <i>leaflet</i> dan metode penelitian yang menggunakan metode <i>Quasy experimental</i>	Pada penelitian sebelumnya menggunakan metode ceramah dalam penyampaian materi
4	Utami, 2020 (Utami, 2020b)	Pengaruh Penggunaan Boodidash (Booklet Diet Dash) Dalam Konseling Gizi Terhadap Pengetahuan, Asupan Serat, Natrium Dan	Kisi kisi materi dan kuisisioner penelitian serta beberapa sasaran di Puskesmas Gamping I	Media dalam meningkatkan Pengetahuan, Asupan Serat, Natrium Dan Tekanan Darah

No	Nama Peneliti	Judul	Persamaan	Perbedaan
		Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Puskesmas Gamping I		
5	Firmawati, Rasyida dan Santosa, 2015 (Firmawati, Rasyida and Santosa, 2015)	Pengaruh Blog Edukatif Tentang Hipertensi Terhadap Pengetahuan Tentang Hipertensi dan Perilaku Diet Hipertensi pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Wirobrajan Yogyakarta	Media elektronik yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan diet DASH serta jenis penelitian <i>Quasy</i> <i>Eksperimen</i>	Jenis media elektronik yang digunakan dalam penelitian

G. Karakteristik Produk

Produk yang dihasilkan dari penelitian ini yaitu naskah publikasi yang diunggah di laman resmi Perguruan Tinggi dan Media Telehealth BERKIAT sebagaimana dijelaskan dalam Tabel 2.

Tabel 2. Karakteristik Produk

Keterangan	Deskripsi
Produk	<i>Telehealth</i> BERKIAT (Bersama Kita Sehat) merupakan penamaan Media infografis digital berbasis website situs GitHub yang menyediakan informasi mengenai diet DASH untuk pasien hipertensi.
Karakteristik	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Telehealth</i> BERKIAT memiliki 1 <i>home page</i> dengan 3 <i>section</i> meliputi informasi mengenai hipertensi, diet DASH dan konsultasi gizi 2. Desain <i>Telehealth</i> BERKIAT menggunakan palet warna Kementerian Kesehatan, menampilkan logo Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, serta mencantumkan judul, tahun pembuatan, pembuat, pembimbing, dan penguji penelitian. 3. <i>Telehealth</i> BERKIAT disajikan dalam bentuk infografis digital berbasis website yang dibuat menggunakan platform GitHub.
Fungsi	Sebagai media penelitian dan pembelajaran atau konseling pada pasien hipertensi
Keunggulan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Materi yang digunakan bersumber dari Kementerian Kesehatan dan jurnal ilmiah terindeks Sinta 1 hingga Sinta 5. 2. Materi disusun secara sistematis mulai dari pendahuluan hingga pencegahan, dengan penyajian yang singkat, padat, dan jelas.
Aksebilitas <i>Telehealth</i> BERKIAT	Untuk mengakses halaman dashboard website, pengguna dapat mengklik tautan yang disediakan oleh petugas kesehatan atau mengakses langsung melalui link https://berkiat.github.io/ .
Panduan Penggunaan <i>Telehealth</i> BERKIAT	<ol style="list-style-type: none"> 1. Akses situs https://berkiat.github.io/. 2. Halaman utama yang pertama kali ditampilkan adalah Home. 3. Klik tombol "Mulai Sekarang" untuk diarahkan ke halaman Layanan BERKIAT. 4. Pilih opsi "Layanan Informasi" untuk memperoleh informasi mengenai hipertensi dan diet DASH. Pengguna dapat mengajukan pertanyaan terkait diet yang dijalani dengan mengisi formulir yang disediakan, yang akan ditindaklanjuti melalui <i>WhatsApp</i>.