

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2023) lebih dari 30% populasi pada orang dewasa diseluruh dunia mengalami hipertensi. Berdasarkan Riskesdas (2018) prevelensi hipertensi pada penduduk Indonesia sebesar 34,1%, angka kejadian hipertensi di dunia pada tahun 2019 diperkirakan sebanyak 1,13 milyar orang menderita hipertensi di seluruh dunia, dimana Sebagian besar Masyarakat tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah.

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia >18 tahun di Indonesia didapatkan 658.201 penderita terdiagnosa hipertensi dengan angka tertinggi terjadi di Provinsi Jawa Barat yaitu sebanyak 131.153 penderita dan angka terendah berada di Provinsi Kalimantan Utara yaitu sebanyak 1.675 penderita. Sedangkan untuk 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. Hipertensi selalu masuk dalam 10 besar penyakit sekaligus 10 besar penyebab kematian di DIY selama beberapa tahun terakhir berdasarkan STP Puskesmas maupun STP RS. Pada tahun 2022 berdasarkan Laporan Surveilans Terpadu Penyakit Rumah sakit di D.I. Yogyakarta tercatat kasus

baru hipertensi 10.118 (ranap) dan 63.350 (rajal). Jumlah estimasi keseluruhan penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun 273.783 kasus. Pada tahun 2022 dari jumlah estimasi penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun yang sudah mendapat pelayanan kesehatan 35,2%.(Schwebemeyer, 1859)

Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi dibagi dalam dua kelompok yaitu faktor yang melekat atau tidak dapat diubah seperti jenis kelamin, umur, genetik dan faktor yang dapat diubah seperti pola makan, kebiasaan olah raga dan lain-lain, salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tekanan darah yang dapat dikontrol adalah gaya hidup atau pola hidup diantaranya yaitu penerapan diet. Asupan makanan yang mengandung tinggi natrium menjadi salah satu faktor resiko utama penyebab terjadinya penyakit hipertensi, frekuensi makan, jenis makanan yang dikonsumsi, makanan siap saji, dan makanan berkadar garam tinggi serta mengandung rendah serat akan memicu terjadinya penyakit hipertensi dan vaskuler, hipertensi yang terjadi dalam kurun waktu yang lama akan berbahaya sehingga menimbulkan komplikasi. (Yuliana, 2022)

Menurut data Dinkes Sleman (2020) hipertensi merupakan salah satu penyakit yang masuk kedalam sepuluh besar penyakit yang ada di Sleman dengan jumlah kasus 138,702, Kabupaten Sleman menduduki peringkat pertama dengan penderita hipertensi yang tidak minum obat dengan persentase 20,23%. berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan penulis diwilayah kerja Puskesmas Gamping 2 pada 4 bulan terakhir ditemukan 769 pasien dengan hipertensi, dengan 538 berjenis

kelamin Perempuan dan 231 berjenis kelamin laki-laki, dengan umur 21-91 tahun, disertai Penyakit lain

Banyaknya penderita hipertensi di Indonesia akan berdampak pada pertumbuhan ekonomi dan produktivitas negara, sebab penanganannya memerlukan biaya besar serta jangka waktu yang lama. Pencegahan hipertensi dapat dilakukan dengan berbagai upaya, baik dimulai dari level promotif dan preventif hingga level kuratif dan rehabilitatif (Riskesdas, 2018). Beberapa kebijakan yang dilakukan oleh kementerian Kesehatan dalam upaya penurunan prevalensi hipertensi di Indonesia adalah dengan meningkatkan akses ke fasilitas kesehatan tingkat pertama, optimalisasi sistem rujukan, serta peningkatan mutu pelayanan kesehatan (Kemenkes RI, 2017). Pasien hipertensi harus patuh menjalani pengobatan sebagai dasar untuk penyembuhan dengan tujuan agar tekanan darah dapat dikontrol secara berkala, namun, dalam penatalaksanaan nutrisi tersebut, pasien hipertensi masih banyak yang belum patuh terhadap diet yang diberikan. Kepatuhan adalah derajat dimana pasien mengikuti anjuran klinis dari dokter yang mengobatinya, kepatuhan secara sederhana sebagai perluasan perilaku individu yang berhubungan dengan minum obat, mengikuti diet dan merubah gaya hidup yang sesuai dengan petunjuk medis. Ketidakpatuhan penderita dalam terapi hipertensi merupakan faktor risiko paling dominan terhadap kegagalan pengendalian tekanan darah, sedangkan kepatuhan penderita dalam terapi hipertensi menurunkan resiko kejadian komplikasi pada penderita hipertensi. (Asyrofi, Setianingsih and Munthoha, 2017)

Diet hipertensi dilakukan oleh penderita hipertensi selama hidupnya sehingga dituntut kerelaan dan kepatuhan penderita untuk menjalankan terapi diet. diet DASH merupakan salah satu diet yang bertujuan untuk membantu menurunkan dan mengontrol tekanan darah (hipertensi), untuk menerapkan DASH diet ini, hal pertama yang harus dilakukan adalah menghitung kebutuhan energi dan zat gizi diri sendiri karena perencanaan makan untuk menerapkan suatu pola makan akan berbeda untuk setiap individu. Setelah mengetahui kebutuhan energi dan zat gizi, maka barulah didapatkan jumlah atau porsi bahan makanan yang akan dikonsumsi, beberapa penelitian juga menunjukkan adanya efektivitas diet DASH untuk mencegah dan mengontrol hipertensi.(Purtiantini, 2022)

Penatalaksanaan diet hipertensi menjadi penentu dalam keberhasilan pengobatan hipertensi, membantu menurunkan tekanan darah dan mencegah terjadinya komplikasi. Faktor-faktor yang mempengaruhi penatalaksanaan diet hipertensi meliputi: usia, jenis kelamin, status sosio ekonomi yang rendah, tingkat keparahan penyakit, golongan obat yang diresepkan, jumlah obat yang diminum, efek samping obat, pengetahuan tentang penyakit yang diderita dan pengetahuan mengenai pentingnya pengobatan. Hipertensi dan komplikasinya dapat diatasi dan dicegah dengan perilaku: diet rendah garam, diet rendah lemak, tidak mengkonsumsi alkohol, tidak merokok, kurangi makan yang mengandung kalium tinggi, batasi kafein, dan kontrol tekanan darah secara teratur. Diet yang sering dianjurkan adalah mengkonsumsi makanan rendah garam, yaitu hanya 4 g

sehari. Menjaga rasa makanan sealami mungkin adalah diet terbaik bagi penderita hipertensi.(Asyrofi, Setianingsih and Munthoha, 2017)

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul: Pengaruh Konseling Gizi dengan Media Broilignam (brosur lipat segi enam) Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Kepatuhan Diet DASH pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping 2. Puskesmas Gamping 2 meupakan Pusat Kesehatan Masyarakat daerah gamping, dibawah naungan Dinas Kesehatan Sleman yang memiliki pasien hipertensi yang cukup banyak. Pasien hipertensi yang cukup banyak tersebut haruslah diimbangi dengan pola hidup sehat. Adanya media brosur lipat segi enam ini sangat membantu dan mempermudah pasien hipertensi untuk mengetahui pengertian hipertensi, kategori hipertensi, hubungan dengan diet DASH, makanan yang dianjurkan, makanan yang tidak diajurkan, makanan yang dibatasi dan komplikasi dari ketidakpatuhan pasien dalam mengelola pola hidup yang sehat.

Menurut Hosland dalam Notoadmodjo (2012) perubahan perilaku pada hakikatnya menggambarkan proses belajar pada individu yang terdiri dari stimulus (rangsangan) yang diberikan kepada organisme dapat diterima atau ditolak, stimulus ditolak berarti stimulus tidak efektif dama mempengaruhi perhatian individu, jiks stimulus di terima berarti ada perhatian dari individu dan stimulus tersebut efektif, stimulus yang mendapatkan perhatian dari individu maka stimulus akan dimengerti dan dilanjutkan proses selanjutnya, individu mengelola stimulus tersebut

sehingga terjadi kesediaan untuk bertindak demi stimulus yang diterimanya dan akhirnya dengan dukungan fasilitas serta dorongan dari lingkungan maka stimulus tersebut mempunyai efek tindakan dari individu tersebut atau perubahan perilaku

B. Rumusan Masalah

1. Apakah ada pengaruh konseling gizi dengan brosignam (brosur lipat segi enam) terhadap perubahan pengetahuan diet DASH pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping 2?
2. Apakah ada pengaruh konseling gizi dengan brosignam (brosur lipat segi enam) terhadap perubahan kepatuhan diet DASH pada pasien hipertensi di Wilayah Puskesmas Gamping 2?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum
Mengetahui pengaruh konseling gizi dengan brosignam (brosur lipat segi enam) terhadap perubahan pengetahuan dan kepatuhan diet DASH pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping 2
2. Tujuan khusus
 - a. Mengetahui pengaruh konseling gizi dengan brosignam terhadap perubahan pengetahuan diet DASH pada pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan konseling
 - b. Mengetahui pengaruh konseling gizi dengan brosignam terhadap perubahan kepatuhan diet DASH pada pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan konseling

D. Ruang Lingkup

1. Lingkup masalah

Pengaruh konseling gizi dengan media brosignam (brosur lipat segi enam) terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet DASH pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping 2

2. Lingkup metode

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif metode quasi eksperimen dengan design penelitian *Pre-test-post-test with control group design*

3. Lingkup kompetensi

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup gizi klinik dengan kompetensi pengembangan media untuk pengetahuan dan kepatuhan diet *DASH* pada pasien hipertensi

4. Lingkup sasaran

Dalam penelitian ini yang berperan sebagai subjek dan subjek yaitu penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping 2

5. Lingkup tempat

Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping 2. Hal ini karena Penyakit hipertensi berada di urutan pertama dalam sepuluh besar penyakit di Puskesmas Gamping 2 tahun 2023.

6. Lingkup waktu

Penelitian ini akan dilaksanakan dari bulan Januari – Februari 2025

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan keilmuan khususnya pengendalian Penyakit hipertensi

2. Manfaat Praktisi

a. Bagi subjek penelitian

Peneliti mengharapkan dengan adanya penelitian ini dapat bermanfaat bagi Masyarakat, diet DASH dapat diterapkan pada penderita hipertensi dalam menjaga kestabilan tekanan darah

b. Bagi pengelola program gizi di rumah sakit dan puskesmas

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan untuk rumah sakit dan puskesmas sebagai media konseling gizi untuk meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan diet pada pasien hipertensi

c. Bagi peneliti lain

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya dan bisa dikembangkan menjadi lebih sempurna

d. Bagi peneliti

Peneliti dapat mengidentifikasi masalah secara sistematis dan menambah pengetahuan serta wawasan peneliti dengan cara berbagai teori-teori gizi, khususnya materi mengenai diet DASH pada Penyakit hipertensi dengan konseling gizi menggunakan media brosignam (brosur lipat segi enam) dan *leaflet*

F. Keaslian Penelitian

Beberapa sumber yang telah dibaca oleh peneliti, ada beberapa judul yang hampir sama, yaitu pada Tabel 1:

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian	Sumber	Persamaan	Perbedaan
1.	Efektivitas media booklet tentang informasi diet DASH (<i>Dietary Approaches To Stop Hypertension</i>) pada pasien hipertensi (usia 35-44 tahun) di desa muara jekak ketapang	Sherli Irmaviani, (2019)	Variable penelitian yaitu pengetahuan	Media penelitian (booklet) lokasi penelitian (desa muara jekak Ketapang), jenis penelitian (one group pretest-posttest), tidak ada variable kepatuhan diet DASH dan kriteria inklusi (usia 35-44 tahun)
2	Pengaruh pemberian Brolognam (brosur lipat segi enam) tentang indeks glikemik pangan terhadap pengetahuan dan sikap pada siswa sekolah menengah atas	Kurniasari Anita (2020)	jenis penelitian <i>quasi eksperimen</i> , design penelitian <i>pre post-test with control group design</i> , media penelitian (brolognam)	Materi penelitian (indeks glikemik), lokasi penelitian (SMA), sasaran penelitian (16-17 tahun)

Berdasarkan penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini memiliki perbedaan dibandingkan penelitian lainnya. Perbedaan tersebut terletak pada materi hipertensi diet DASH, lokasi penelitian, serta subjek penelitian yang digunakan, sehingga dapat disimpulkan bahwa penelitian ini belum dilakukan oleh pihak lain.

G. Produk yang dihasilkan

Berdasarkan data yang peneliti dapat, maka peneliti tertarik melakukan penelitian menggunakan media BROLIGNAM (brosur lipat segi enam), brolognam ini merupakan brosur yang dimodifikasi menjadi segi enam, adanya media brosur ini sangat membantu dan mempermudah para pasien hipertensi untuk menambah pengetahuan dan wawasan terkait hipertensi.

Produk yang dihasilkan yaitu Brolignam (brosur lipat segi enam) pada

Tabel 2:

Tabel 2. Produk yang dihasilkan

Nama produk	Brolignam (brosur lipat segi enam)
karakteristik	Media brosur lipat segi enam ini merupakan pengembangan dari media brosur pada umumnya dilihat dari modifikasi bentuknya yang berbentuk segi enam, yang berisi pengertian, klasifikasi, gejala, faktor risiko, pengertian diet DASH, pembatasan natrium, makanan yang dianjurkan, makanan yang dibatasi, komplikasi Warna media merupakan warna Kemenkes, ukuran kertas 10 cm, dengan tipe kertas ivory 260, urutan nomor disesuaikan dengan jarum jam
Fungsi	Untuk memberikan informasi penting kepada orang banyak dengan cara yang singkat dan menarik.
Keunggulan	Media konseling gizi menggunakan brosur lipat segi enam dengan desain yang baik, informasi yang jelas, serta pemilihan gambar dan warna yang tepat, membuat brosur mampu menarik perhatian pembaca/subjek dapat digunakan berulang-ulang, dapat digunakan dimana saja dan kapan saja dan lebih menarik dari segi warna dan bentuk



Gambar 1. Media Brolignam (brosur lipat segi enam)



Gambar 2. Media Leaflet