

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi menjadi salah satu penyakit degeneratif yang terjadi pada pembuluh darah dan mengakibatkan suplai oksigen dan zat gizi yang dibawa terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkan. Penyakit ini dapat dikatakan sebagai *silent killer* jika tidak ditangani dengan serius dan menjadi penyebab utama mortalitas dan morbiditas di Indonesia (Kemenkes, 2021). Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2021, sekitar 974 juta orang atau 32,7% penduduk di seluruh dunia menderita hipertensi. Dari 974 juta penderita hipertensi, 342 juta berada di negara maju, sementara 632 juta lainnya tinggal di negara berkembang, termasuk Indonesia. Kejadian hipertensi ini terus mengalami peningkatan setiap tahunnya dan diprediksi pada tahun 2025, sekitar 35,2% orang terkena hipertensi (WHO,2021).

Angka hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil Survey Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan angka prevalensi hipertensi pada penduduk usia diatas 18 tahun telah mencapai 33,3%. Di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) prevalensi hipertensi berdasarkan data SKI (2023) mencapai 34,5% dimana angka ini berada diatas rata – rata nasional. Tingginya angka ini mengonfirmasi data tahun – tahun sebelumnya seperti laporan surveilans terpadu puskesmas di DIY tahun 2020 mencatat prevalensi hipertensi sebesar 11,01% (di atas angka nasional 8,8%), dan pada tahun 2021 penyakit ini

menyumbang hingga 76,9% dari sepuluh besar penyakit tertinggi yang mengenai penduduk setempat (Dinas Kesehatan DIY, 2022). Fakta-fakta tersebut menempatkan hipertensi secara konsisten di peringkat pertama beban penyakit yang terjadi di Daerah Istimewa Yogyakarta.

Penyakit hipertensi tidak dapat disembuhkan namun dapat dikendalikan dengan cara melakukan pengaturan pola makan sesuai anjuran diet yang tepat. Pemahaman tentang hipertensi sangat berperan dalam pengelolaan penyakit ini, dan ketidaktahuan dapat menyebabkan penanganan yang tidak tepat, berisiko menimbulkan komplikasi, serta berkontribusi pada tekanan darah yang tidak terkontrol (Priyanto *et al.*, 2021).

Tingkat pengetahuan berpengaruh terhadap pengendalian hipertensi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Astuti *et al.*, 2021), menunjukkan bahwa pasien yang memiliki pengetahuan yang kurang baik berisiko lebih tinggi memiliki perilaku pengendalian hipertensi yang kurang baik daripada pasien dengan tingkat pengetahuan baik. Gaya hidup seorang dapat berubah jika memiliki pengetahuan yang baik dengan menerapkan pola hidup sehat seperti memperbaiki pola makan, berolahraga teratur, berhenti merokok, dan menghindari stress. Perubahan perilaku dapat dilakukan melalui penyuluhan gizi dengan media sebagai alat bantu untuk menyampaikan pesan – pesan kesehatan agar lebih mudah dipahami dan diterima.

Penatalaksanaan diet pada pasien hipertensi diberikan diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*). Diet DASH adalah pola makan

sehat yang dirancang untuk membantu menurunkan tekanan darah tinggi (hipertensi) dan beberapa penyakit kronis lain seperti penyakit jantung, dan stroke. Diet DASH menekankan konsumsi makanan rendah garam (natrium), rendah lemak jenuh, buah – buahan, sayuran, biji – bijian, kacang – kacangan, ikan, dan susu rendah lemak. Makanan ini mengandung tinggi zat gizi seperti kalium, magnesium, kalsium, serat dan protein (Astuti *et al.*,2021).

Infografis merupakan media edukasi visual yang menggabungkan informasi, data atau pengetahuan untuk menyajikan informasi yang kompleks secara cepat dan jelas. Infografis berfungsi untuk menerangkan cerita atau data yang sulit dijelaskan hanya dengan kata – kata atau foto hal ini dapat membantu audiens dalam menangkap dan memahami pesan dengan lebih efektif melalui gambar, diagram, simbol, dan ilustrasi yang kreatif dan menarik (Hikmah, 2022). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Gultom *et al.*,(2022) menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada tingkat pengetahuan responden setelah dilakukan penyuluhan dengan media infografis. Dalam penelitian ini infografis dipilih sebagai media edukasi karena memiliki kelebihan dari segi biaya yang cukup murah karena menggunakan media cetak, dan pesan yang disampaikan media dapat memuat topik secara detail, sehingga dapat lebih jelas menggambarkan pesan yang akan disampaikan. Dengan menggunakan infografis diharapkan pasien dapat memahami materi penyuluhan diet DASH.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti ingin mengetahui apakah penggunaan media infografis dalam penyuluhan gizi dapat mempengaruhi

pengetahuan, sikap, asupan natrium dan tekanan darah pada pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Mlati II.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh penggunaan media infografis dalam penyuluhan gizi terhadap pengetahuan, sikap, asupan natrium, dan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Mlati II.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan media infografis terhadap perubahan pengetahuan, sikap, asupan natrium, dan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Mlati II.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengaruh penggunaan media infografis dalam penyuluhan gizi terhadap pengetahuan pasien rawat jalan hipertensi.
- b. Mengetahui pengaruh penggunaan media infografis dalam penyuluhan gizi terhadap sikap pasien rawat jalan hipertensi.
- c. Mengetahui pengaruh penggunaan media infografis dalam penyuluhan gizi terhadap asupan natrium pasien rawat jalan hipertensi.
- d. Mengetahui pengaruh penggunaan media infografis dalam penyuluhan gizi terhadap tekanan darah pasien rawat jalan hipertensi.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup dari penelitian pengaruh penggunaan media infografis dalam penyuluhan gizi terhadap pengetahuan, sikap, asupan natrium, dan tekanan darah adalah bidang gizi klinik.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi, sumber informasi, dan pengembangan ilmu pengetahuan mengenai pengaruh penggunaan media infografis terhadap pengetahuan, sikap, asupan natrium, dan tekanan darah pada pasien hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan untuk menambah pengetahuan dan menjadi sumber referensi bagi mahasiswa yang kiranya akan melakukan penelitian lanjutan berkaitan dengan topik penelitian ini khususnya bagi mahasiswa gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

b. Bagi Puskesmas

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu media edukasi gizi yang dapat digunakan sebagai media penyuluhan di wilayah kerja Puskesmas Mlati II.

c. Bagi Masyarakat

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi pada masyarakat tentang gizi melalui pengembangan infografis sehingga dapat menjadi pedoman kesehatan yang lebih efektif dan mudah dalam mencegah atau mengobati hipertensi.

d. Bagi Peneliti

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan peneliti sehingga peneliti dapat berpikir secara sistematis dan empiris serta dapat menuangkan dalam bentuk skripsi.

F. Keaslian Penelitian

Berikut merupakan rangkuman hasil penelitian sejenis yang telah dipublikasi membahas tentang penggunaan sebuah media dalam edukasi gizi, yang disajikan pada tabel 1.

Tabel 1. Keaslian Penelitian

Judul	Persamaan	Perbedaan	Output Media	Hasil
1. Pengaruh Media Flipchart terhadap Asupan Natrium dan Kalium pada Pasien Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kaliwates, Kabupaten Jember, Jawa Timur	Persamaan variabel meneliti asupan natrium pada pasien hipertensi dan metode yang digunakan metode penelitian ini <i>pre-experimental</i> .	Media yang digunakan, dan variabel Kalium.	Flipchart	Kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak terdapat pengaruh media flipchart terhadap asupan natrium pasien hipertensi dengan nilai $p\text{-value} = 0,05 < 0,130$ dan adanya pengaruh pemberian flipchart terhadap asupan kalium pasien hipertensi

Judul	Persamaan	Perbedaan	Output Media	Hasil
oleh Widyawati <i>et al.</i> ,2023.				dengan nilai p-value 0,05 > 0,026.
2. Pengaruh Media Flipchart terhadap Tingkat Pengetahuan Pola Makan pada Pasien Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kaliwates, Kabupaten Jember, Jawa Timur oleh Yuanta <i>et al.</i> ,2023.	Meneliti pengetahuan pada pasien hipertensi dan metode yang digunakan <i>pre-experimental</i> .	Media dan Pola makan.	Flipchart	Dari hasil uji wilcoxon terdapat pengaruh antara media flipchart terhadap tingkat pengetahuan responden dengan nilai dan tidak terdapat pengaruh antara media flipchart terhadap pola makan responden.
3. Pemanfaatan Flip Chart Remind terhadap Pengetahuan dan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Perumnas I Pontianak Barat oleh Purba <i>et al.</i> , 2018.	Meneliti pengetahuan pada pasien hipertensi dan metode yang digunakan <i>Pre-Eksperiment</i> .	Media, dan variabel Pola Konsumsi Buah dan Sayur	Flipchart Remind	Hasil penelitian didapatkan, ada perbedaan pada pengetahuan sebelum dan setelah intervensi ($p=0,000$), sedangkan pola konsumsi buah dan sayur menunjukkan tidak ada perbedaan sebelum dan setelah intervensi ($p=0,184$). Selisih rata-rata pengetahuan sebelum dan setelah intervensi sebesar

Judul	Persamaan	Perbedaan	Output Media	Hasil
				25,33, sedangkan selisih rata-rata nilai pola konsumsi buah dan sayur sebelum dan setelah intervensi sebesar 33,33.
4. Program Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Hipertensi GEMAS GASI pada Remaja di SMA Al-Hikmah Surabaya oleh Dewangga <i>et al.</i> ,2024	Meneliti pengetahuan tentang hipertensi, dan metode yang digunakan <i>pre-experimental</i> , dan media yang digunakan.	Kelompok yang diteliti	Infografis	Adanya peningkatan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah program yang ditandai dengan nilai p-value 0,000. Sebanyak 64,3% siswa memiliki pengetahuan yang meningkat dan sisa 35,7% siswa memiliki pengetahuan yang tetap setelah program. Program berhasil meningkatkan pengetahuan siswa hingga lebih dari 50%.
5. Efektivitas Media Infografis dalam Peningkatan Pengetahuan Pemberian Makanan Bayi dan Anak oleh Surijati <i>et al.</i> ,2024.	Media yang digunakan	Variabel yang diteliti, kelompok yang diteliti, metode penelitian menggunakan metode <i>quasi eksperiment</i> .	Infografis	Adanya peningkatan nilai p sebesar 0,03 untuk perbedaan pengetahuan dan nilai p sebesar 0,04 untuk perubahan praktik pemberian makan baik sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.

Judul	Persamaan	Perbedaan	Output Media	Hasil
				Penggunaan media infografis cukup efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan praktik pemberian makan bayi dan balita di Desa Sumbang, Kecamatan Sumbang.