

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Preeklampsia menjadi salah satu penyebab utama tingginya angka kematian ibu. Kondisi ini, merupakan komplikasi kehamilan yang sering terjadi dan berkontribusi pada kematian maternal di tingkat nasional dan regional, selain perdarahan serta infeksi (Elsanti, 2020). Gangguan hipertensi selama kehamilan dapat terjadi pada fase antenatal, intranatal, atau postnatal. Diperkirakan sekitar 10% wanita hamil mengalami hipertensi terkait kehamilan, dengan 3–4% di antaranya menderita preeklampsia, 5% hipertensi gestasional, dan 1–2% hipertensi kronis (Yeyeh, 2021).

Preeklampsia tidak hanya dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan kondisi kehamilan, tetapi juga oleh faktor genetik serta riwayat hipertensi sebelum hamil. Hipertensi sebelum kehamilan diketahui sebagai salah satu faktor risiko utama terjadinya preeklampsia. Perempuan yang memiliki riwayat tekanan darah tinggi sebelum hamil atau memiliki predisposisi genetik terhadap hipertensi cenderung lebih rentan mengalami preeklampsia dibandingkan yang tidak memiliki riwayat atau kerentanan genetik tersebut, menunjukkan bahwa preeklampsia sebagian merupakan ekspresi dari kerentanan kardiovaskular yang sudah ada sejak sebelum kehamilan (Jasper *et al.*, 2024).

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020, tingkat kematian ibu secara global mencapai 227,22 per 100.000 kelahiran hidup. Hampir semua kasus tersebut (99%) terjadi di negara-negara berkembang, di mana wanita meninggal dunia karena komplikasi yang muncul selama masa kehamilan, proses persalinan, atau setelah melahirkan. Kebanyakan komplikasi ini biasanya terjadi pada periode kehamilan, dengan sekitar 80% kematian ibu disebabkan oleh perdarahan, infeksi, serta hipertensi terkait kehamilan seperti preeklampsia dan eklampsia, dan komplikasi dari aborsi yang tidak aman.

Berdasarkan data pencatatan Program Kesehatan Keluarga Kementerian Kesehatan, jumlah kematian ibu mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Pada tahun 2021 tercatat sebanyak 7.389 kasus Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia, angka ini meningkat dibandingkan tahun 2020 yang berjumlah 4.627 kematian. Ditinjau dari penyebabnya, mayoritas kematian ibu pada tahun 2021 berkaitan dengan *Corona Virus Disease* 2019 (COVID-19) sebanyak 2.082 kasus, diikuti oleh perdarahan sebanyak 1.330 kasus, serta hipertensi dalam kehamilan sebanyak 1.077 kasus (Kemenkes RI, 2021).

Berdasarkan data dari Kesehatan Keluarga Daerah Istimewa Yogyakarta DIY 2024, angka kejadian hipertensi pada ibu hamil di Daerah Istimewa Yogyakarta memperlihatkan variasi yang cukup mencolok antar kabupaten atau kota. Kabupaten Bantul menjadi wilayah dengan jumlah kasus tertinggi, yaitu 511 kasus atau sekitar 4,67% dari total ibu hamil.

Posisi berikutnya ditempati Kulon Progo dengan 148 kasus (4,05%), Gunungkidul sebanyak 178 kasus (2,83%), Kota Yogyakarta dengan 68 kasus (2,86%), serta Kabupaten Sleman dengan 348 kasus (2,65%). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan penulis di Puskesmas Depok III, tercatat jumlah pasien ibu hamil dengan preeklampsia pada tahun 2024 sebanyak 18 ibu hamil dan pada tahun 2025 sebanyak 8 ibu hamil.

Upaya pencegahan dan pengendalian preeklampsia sangat dipengaruhi oleh pengaturan pola makan serta pemberian edukasi gizi pada ibu hamil. Asupan natrium yang berlebihan dari makanan diketahui berperan dalam peningkatan tekanan darah selama kehamilan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan mengonsumsi makanan dengan kandungan garam tinggi dapat memicu kenaikan tekanan darah dan meningkatkan risiko terjadinya hipertensi maupun preeklampsia pada ibu hamil. Hal ini disebabkan oleh kelebihan natrium yang menyebabkan retensi cairan, sehingga volume darah dan beban kerja jantung meningkat. Pengurangan konsumsi garam menjadi salah satu komponen penting dalam pengelolaan diet pada ibu hamil yang memiliki risiko hipertensi (Ikhsan dkk. 2023).

Kondisi ini berpotensi memperburuk kesehatan ibu hamil dan meningkatkan risiko terjadinya hipertensi selama kehamilan, termasuk preeklampsia. Penerapan diet rendah garam menjadi salah satu strategi yang bermanfaat untuk membantu mengendalikan tekanan darah pada ibu hamil. Edukasi mengenai diet rendah garam memiliki peran penting dalam

meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil terhadap pemilihan makanan yang sehat. Pemahaman yang baik tentang pembatasan asupan garam, ibu hamil diharapkan mampu menerapkan pola makan yang lebih sehat, sehingga dapat menurunkan risiko hipertensi kehamilan serta mendukung kesehatan ibu dan janin secara optimal (Oktarina *et al.*, 2024).

Pada ibu hamil yang mengalami hipertensi, diet rendah garam memiliki keunggulan utama dibandingkan jenis diet lain karena langsung menargetkan pengendalian tekanan darah dan pencegahan komplikasi kehamilan. Diet ini secara khusus membantu mengurangi penumpukan natrium dan cairan dalam tubuh, sehingga tekanan darah dapat turun lebih cepat dan stabil, serta mengurangi kemungkinan berkembangnya preeklampsia atau eklampsia. Diet rendah garam terbukti efektif dalam mengurangi edema (pembengkakan) yang sering terjadi pada hipertensi kehamilan, karena mengurangi beban natrium yang ditahan oleh tubuh (Lubis dkk. 2024).

Penelitian sebelumnya (Moghaddam dkk. 2024), menunjukkan bahwa edukasi rendah garam berbasis *Theory of Planned Behavior* (TPB) efektif meningkatkan persepsi kontrol perilaku, niat, dan perilaku konsumsi garam rendah pada ibu hamil prehipertensi melalui 3 sesi pelatihan *via WhatsApp* selama 1 minggu disertai kuis dan klip pendek, sehingga menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik secara signifikan meskipun asupan garam harian tidak berubah. Berbeda dari penelitian tersebut yang menggunakan desain *quasi-eksperimental* dengan sampel 61 orang dan

pengukuran urin 24 jam, penelitian ini menghadirkan kebaruan berupa studi kasus deskriptif untuk menggambarkan implementasi edukasi diet rendah garam secara lebih mendalam pada dua ibu hamil risiko preeklampsia dengan menggunakan media *leaflet*. Selebaran pemilihan memberikan keuntungan berupa biaya rendah, dapat dibaca berulang kali tanpa alat digital, mudah dibawa, meningkatkan interaksi langsung dalam edukasi, serta menggunakan bahasa sederhana dan visual statistik yang membantu pemahaman serta retensi informasi sehingga tetap relevan dan efektif dalam layanan primer bagi ibu hamil dengan keterbatasan literasi digital.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, penelitian mengenai edukasi diet rendah garam pada ibu hamil dengan preeklampsia masih terbatas, terutama dalam bentuk studi kasus yang menggambarkan penerapan edukasi secara mendalam. Sebagian besar penelitian memakai desain kuantitatif dengan pendekatan *quasi-eksperimental* atau *pretest-posttest* sehingga lebih berfokus pada hasil statistik. Penggunaan media *leaflet* pada pelayanan kesehatan primer juga masih jarang dibahas, khususnya pada ibu hamil dengan preeklampsia di Puskesmas. Penelitian ini dilakukan untuk memberikan gambaran penerapan edukasi diet rendah garam menggunakan *leaflet* pada ibu hamil dengan preeklampsia secara lebih komprehensif.

Peran perawat sebagai edukator tenaga kesehatan dalam kondisi tersebut yaitu dengan membantu meningkatkan tingkat pengetahuan ibu hamil dengan preeklampsia melalui pemberian edukasi diet rendah garam. Perawat dapat memberikan informasi serta panduan praktis kepada ibu

hamil mengenai bagaimana diet yang aman diterapkan selama kehamilan. Perawat juga berperan dalam memonitor respons pengetahuan ibu hamil setelah edukasi diberikan untuk menilai efektivitas edukasi, sehingga diharapkan ibu hamil mampu memahami dan menerapkan prinsip diet rendah garam dengan benar serta mampu mengurangi risiko kekambuhan atau perburukan kondisi terkait preeklampsia.

Permasalahan di atas menarik perhatian penulis untuk melaksanakan penelitian dengan judul "Penerapan Edukasi Diet Rendah Garam dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil Dengan Preeklampsia di Wilayah Kerja Puskesmas Depok III"

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan dalam latar belakang di atas, perumusan masalah dalam studi kasus ini adalah “Mengetahui penerapan edukasi diet rendah garam dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil dengan preeklampsia di wilayah kerja Puskesmas Depok III”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan dari Karya Tulis Ilmiah ini yaitu mendeskripsikan penerapan edukasi diet rendah garam dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil dengan preeklampsia.

2. Tujuan khusus

- a. Dilakukan asuhan keperawatan yang mencakup pengkajian, penetapan diagnosis, perencanaan, implementasi, dan evaluasi

penerapan edukasi diet rendah garam terhadap tingkat pengetahuan dua ibu hamil dengan preeklampsia di wilayah kerja Puskesmas Depok III

- b. Diketahui penerapan edukasi diet rendah garam terhadap tingkat pengetahuan dua ibu hamil dengan preeklampsia di wilayah kerja Puskesmas Depok III.
- c. Diketahui faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan intervensi edukasi diet rendah garam untuk mengetahui tingkat pengetahuan pada dua ibu hamil dengan preeklampsia di wilayah kerja Puskesmas Depok III.

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup Keperawatan Maternitas yang berkaitan dengan ibu hamil dengan preeklampsia.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Menambah pengetahuan dan bahan kajian mahasiswa dalam melakukan penerapan edukasi diet rendah garam terhadap tingkat pengetahuan pada ibu hamil dengan preeklampsia.

2. Manfaat praktis

a. Bagi klien / keluarga

Hasil dari penerapan edukasi diet rendah garam ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil dengan preeklampsia mengenai diet yang aman dan sesuai untuk membantu mengontrol

tekanan darah. Meningkatnya pengetahuan tersebut mendorong ibu untuk mampu menerapkan diet rendah garam secara mandiri, berkonsultasi dengan ahli gizi bila diperlukan jika ditemukan adanya perubahan kondisi kesehatan. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat mencegah komplikasi pada kehamilan dan mengurangi risiko perburukan kondisi seperti preeklampsia berlanjut atau eklampsia, serta memperkuat kemampuan ibu dalam memahami dan mengelola kesehatannya secara mandiri. Laporan ini dapat menjadi sumber edukasi yang informatif bagi keluarga untuk memahami pentingnya dukungan dalam penerapan diet yang tepat pada ibu hamil dengan preeklampsia.

b. Bagi perawat

Studi kasus ini diharapkan memberikan kontribusi nyata terkait efektivitas edukasi diet rendah garam dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil dengan preeklampsia. Evaluasi hasil edukasi ini dapat digunakan sebagai dasar pengembangan protokol edukasi nutrisi dan intervensi keperawatan lainnya guna meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan, khususnya dalam penatalaksanaan hipertensi pada kehamilan. Selain itu, temuan dalam studi ini dapat membantu perawat mengidentifikasi hambatan yang mungkin muncul selama pelaksanaan edukasi, sehingga strategi pembelajaran dapat diperbaiki dan disesuaikan dengan kebutuhan klien.

c. Bagi institusi Pendidikan

Menambah referensi ilmiah mengenai penerapan edukasi diet rendah garam sebagai intervensi untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dengan preeklampsia. Laporan ini dapat menjadi sumber pembelajaran bagi mahasiswa keperawatan guna memahami penerapan edukasi nutrisi yang tepat pada kasus hipertensi dalam kehamilan, serta memperluas wawasan mengenai praktik keperawatan berbasis bukti yang berkaitan dengan edukasi diet dan pengendalian tekanan darah pada ibu hamil.

d. Bagi penulis

Penelitian ini menjadi penerapan langsung dari teori yang telah dipelajari selama pendidikan keperawatan serta menjadi sarana untuk mengembangkan kemampuan penulis dalam menyusun karya tulis ilmiah. Penulis memperoleh pengalaman klinis yang berharga dalam menganalisis kasus secara komprehensif dan sistematis, serta meningkatkan keterampilan dalam memberikan edukasi keperawatan berbasis bukti, khususnya terkait penerapan edukasi diet rendah garam pada ibu hamil dengan preeklampsia.

e. Bagi Puskesmas Depok III

Penelitian ini diharapkan pihak rumah sakit dapat mempertimbangkan pemberian edukasi diet rendah garam sebagai bagian dari intervensi pendamping dalam pelayanan keperawatan

pada ibu hamil dengan preeklampsia. Selain itu, rumah sakit diharapkan dapat menyediakan media edukasi seperti *leaflet* atau media informasi lainnya untuk membantu meningkatkan pemahaman klien mengenai pola makan sehat selama kehamilan.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Penulis, Tahun	Judul Penelitian	Metode	Hasil
1.	Seo et al., (2020)	<i>Maternal nutrition intervention focused on the adjustment of salt and sugar intake can improve pregnancy outcomes</i>	Penelitian ini menggunakan desain <i>quasi-eksperimental</i> dengan pendekatan <i>pretest-posttest</i> . Subjek penelitian adalah ibu hamil dengan gangguan tekanan darah atau preeklampsia yang diberikan intervensi edukasi diet rendah garam. Edukasi dilakukan menggunakan media edukasi terstruktur dan diberikan sebanyak tiga kali sesi, masing-masing berdurasi sekitar satu jam. Pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah intervensi untuk menilai perubahan kondisi responden, terutama yang berkaitan dengan tekanan darah dan pemahaman pola makan rendah garam.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian edukasi diet rendah garam memberikan dampak positif yang signifikan. Setelah intervensi, terjadi penurunan tekanan darah serta peningkatan pemahaman responden mengenai pembatasan asupan garam. Edukasi yang diberikan secara berulang terbukti efektif dalam membantu responden menerapkan pola makan rendah garam, sehingga berkontribusi dalam pengendalian tekanan darah dan pencegahan komplikasi kehamilan.
2.	Moghaddam et al., (2024)	<i>Effect of Educational Intervention Based on the Theory of Planned Behavior (TPB) on Amount of Salt Intake in Pregnant Women With PreHypertension</i>	Penelitian ini bertujuan mengukur pengaruh edukasi diet rendah garam terhadap ibu hamil dengan hipertensi atau risiko preeklampsia. Menggunakan desain <i>quasi-eksperimental pretest-posttest</i> , subjek dipilih melalui <i>purposive</i>	Hasil penelitian menunjukkan edukasi diet rendah garam berdampak positif pada ibu hamil hipertensi atau berisiko preeklampsia. Terjadi peningkatan pengetahuan responden pasca-intervensi,

				<i>sampling</i> yaitu ibu hamil bertekanan darah tinggi. Edukasi dilakukan tiga sesi pelatihan masing-masing satu jam. Intervensi utama adalah penyuluhan langsung tentang diet rendah garam, mencakup pengertiannya, batasan natrium, makanan dianjurkan/dihindari, serta pengolahan makanan sehat untuk ibu hamil.	dibuktikan dari perbandingan pretest-posttest. Tekanan darah responden menurun signifikan setelah edukasi. Analisis statistik mengonfirmasi perbedaan kondisi sebelum-sesudah intervensi bermakna secara statistik, membuktikan efektivitas edukasi dalam mengendalikan tekanan darah.
3.	Listari (2025)	dkk.	Pengaruh Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Diet Rendah Garam Pada Pasien Hipertensi	Edukasi Terhadap Sikap Penelitian ini menggunakan desain <i>quasi-eksperimental</i> dengan one group <i>pretest-posttest</i>, dilaksanakan di Desa Keper, Krembung, Sidoarjo pada tahun 2025. Jumlah responden sebanyak 50 pasien hipertensi yang dipilih menggunakan purposive sampling. Edukasi kesehatan tentang diet rendah garam diberikan menggunakan media <i>leaflet</i> dan power point, dengan pengukuran pengetahuan dan sikap melalui kuesioner sebelum dan sesudah intervensi	Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan signifikan pengetahuan dan sikap setelah diberikan edukasi. Uji Wilcoxon signed rank test menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$) baik pada variabel pengetahuan maupun sikap, yang menandakan bahwa edukasi kesehatan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap pasien hipertensi mengenai diet rendah garam

4.	Dwianggimawati, M.S (2022)	Efektifitas Kesehatan Audiovisual Perubahan Pengetahuan Tentang Diet Rendah Garam pada Penderita Hipertensi	Edukasi Berbasis terhadap Pengetahuan Rendah Penderita	Penelitian ini menggunakan desain <i>pra-eksperimental one group pretest-posttest</i> . Penelitian dilaksanakan selama ± 1 bulan pada anggota Prolanis di wilayah Puskesmas Adan-Adan, Kabupaten Kediri. Jumlah responden sebanyak 30 penderita hipertensi, yang dipilih dari populasi 60 orang menggunakan teknik <i>accidental sampling</i> . Intervensi berupa edukasi kesehatan diet rendah garam berbasis audiovisual (video), dengan pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan kuesioner terstruktur	Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah diberikan edukasi. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 7,97 sebelum intervensi menjadi 9,47 sesudah intervensi. Uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menandakan bahwa edukasi kesehatan berbasis audiovisual efektif meningkatkan pengetahuan penderita hipertensi tentang diet rendah garam
5.	Sinaga (2025)	dkk. Pengaruh Edukasi Media <i>Leaflet</i> Terhadap Pengetahuan dan Sikap Lansia Dengan Hipertensi Tentang Diet Rendah Garam Di Desa Matiti Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2025	Edukasi Media Terhadap Pengetahuan dan Sikap Lansia Dengan Hipertensi Tentang Diet Rendah Garam Di Desa Matiti Kecamatan Doloksanggul Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2025	Penelitian ini menggunakan desain <i>quasi-eksperimental dengan pretest-posttest one group design</i> yang dilaksanakan di Desa Matiti I pada Maret–April 2025. Jumlah responden sebanyak 37 lansia penderita hipertensi yang dipilih dengan teknik <i>purposive sampling</i> . Intervensi berupa edukasi diet rendah garam menggunakan media <i>leaflet</i> , dengan pengukuran	Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap setelah pemberian edukasi. Rata-rata pengetahuan meningkat dari 7,70 menjadi 14,08, dan rata-rata sikap meningkat dari 17,97 menjadi 21,35. Uji statistik menunjukkan $p\text{-value} 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti edukasi media <i>leaflet</i> berpengaruh

pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah edukasi menggunakan kuesioner.	signifikan terhadap pengetahuan dan sikap lansia tentang diet rendah garam.
--	---

Perbedaan :

Perbedaan kelima jurnal tersebut terletak pada desain, jumlah sampel, dan subjek penelitian. Lima jurnal sebelumnya menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimental hingga *quasi-eksperimental* dan melibatkan sampel besar (10–60 responden) pada pasien hipertensi. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan studi kasus pada dua ibu hamil dengan preeklampsia, sehingga lebih menekankan pendalaman kasus dibandingkan uji efektivitas secara statistik.

Persamaan :

Persamaan dari kelima jurnal tersebut adalah sama-sama membahas edukasi atau intervensi diet rendah garam sebagai upaya pengendalian hipertensi, menggunakan instrumen kuesioner dan penilaian sebelum serta sesudah intervensi, serta sama-sama menunjukkan hasil yang mendukung efektivitas edukasi diet rendah garam dalam meningkatkan pengetahuan, perilaku sehat, dan dampak positif terhadap kondisi responden.
