

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada tahun 2022 di Indonesia telah terjadi transisi epidemiologi penyakit dan kematian dikarenakan pola gaya hidup, meningkatnya status sosial ekonomi dan bertambahnya usia harapan hidup (Dinkes Malang 2022). Sebelumnya penyakit tersebut didominasi oleh penyakit menular, tetapi saat ini penyakit tidak menular (PTM) terus meningkat dan jumlahnya melebihi penyakit menular. Faktor penyebab penyakit tidak menular (PTM) antara lain merokok, baik itu rokok elektrik yang dapat merusak pembuluh darah, kurang olahraga dapat menyebabkan penimbunan lemak dan menurunkan kesegaran tubuh, kurang buah dan sayur juga dapat menyebabkan kekurangan. Serat makanan, yang bermanfaat bagi kesehatan, selain itu minum alkohol juga berisiko buruk bagi kesehatan hati, ginjal, otak, dll. (P2PTM, 2019).

Data WHO (2018) menunjukkan bahwa kurang lebih 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, dan jumlahnya meningkat secara proporsional setiap tahunnya. Diperkirakan pada tahun 2025, 1,5 miliar orang akan mengalami hipertensi serta 10,44 juta orang akan merasakan dampak hipertensi dan komplikasinya setiap tahun. Berdasarkan data Riskesdas (2018), frekuensi penyakit tidak menular tertinggi di Indonesia ditempati oleh Hipertensi 25,8%, jumlah penderita hipertensi meningkat menjadi 38,7 persen pada tahun 2019 dari tahun sebelumnya (RI, Kemenkes, 2019). Berdasarkan Dinas Kesehatan Jawa Timur (2019), prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Timur meningkat sebesar 4.792.862 pada tahun 2019 dengan proporsi penderita hipertensi adalah 48,83% laki-laki dan 51,17% perempuan. Peningkatan ini disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain adalah kebiasaan penggunaan garam yang berlebihan, kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol.

Dinas Kesehatan Kota Malang juga menyebutkan kasus hipertensi di Kota Malang pada tahun 2019 sebanyak 21.412 kasus, jumlah ini meningkat drastis menjadi 35.641 kasus pada tahun 2020, dan meningkat menjadi 40.129 kasus pada tahun 2021, dan dalam hal ini hipertensi menjadi peringkat penyakit tertinggi. Di kota Malang hipertensi berada pada urutan ketiga

(Dinkes Kota Malang, 2019). Angka kejadian hipertensi di Puskesmas Janti Malang cukup tinggi yaitu 485 orang pada tahun 2017, sedangkan pada bulan Januari-Agustus 2018 terdapat 445 penderita hipertensi yang semuanya dikategorikan sebagai hipertensi primer. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Puskesmas Janti Malang, didapatkan data hasil prevalensi penderita hipertensi yang datang berkunjung ke Puskesmas Janti antara bulan November sampai Desember 2022 adalah sebanyak 285 penderita, sedangkan pada bulan Januari 2023 didapatkan hasil sebanyak 103 pasien.

Menurut Muzakari dan Djafari (2021), hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah pada pembuluh darah arteri, dimana terjadi gangguan pada sistem aliran darah yg mengakibatkan tekanan darah semakin tinggi lebih dari normal. Beberapa komplikasi yang terjadi apabila hipertensi tidak diatasi antara lain jantung, stroke, penyakit ginjal, kerusakan retina (*retinopati*), penyakit pembuluh darah tepi, serta gangguan saraf (P2PTM Kemenkes RI, 2019). Pemerintah berusaha mengatasi bertambahnya jumlah penderita hipertensi dengan program pemerintah yang telah dilakukan untuk mengendalikan PTM dengan pengobatan farmakologi dan pengobatan non farmakologi. Terapi farmakologi merupakan terapi yg memakai obat-obatan, terapi farmakologi berupa obat dengan jenis-jenis medikasi antihipertensi mencakup diuretik, penyekat *beta-adrenergik* atau *beta-blocker*, vasodilator, penyekat saluran kalsium dan penghambat enzim pengubah angiotensin (ACE). Sedangkan cara non farmakologi yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah antara lain relaksasi, manajemen stres dan diet rendah garam dan kolesterol yang salah satunya Diet *Dietary Approaches to Stop Hypertension* (DASH) (P2PTM Depkes RI, 2018).

Diet Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) artinya perubahan gaya hidup bagi penderita hipertensi dengan pola konsumsi makan buah-buahan, sayuran, susu serta produk susu bebas lemak atau rendah lemak, biji-bijian, ikan, unggas, kacang-kacangan serta biji-bijian. Diet DASH pula lebih rendah natrium, makanan menggunakan pemanis, gula, lemak, dan daging merah. Formula diet DASH ini pola makan lebih rendah lemak jenuh, lemak trans, serta kolesterol dan tinggi nutrisi antihipertensi, terutama potasium, magnesium, kalsium, protein, dan serat (Mukti, 2019).

Penerapan diet DASH diperlukan memerlukan pemahaman dari penderita hipertensi, pemahaman bisa didapatkan melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan mengenai tatalaksana hipertensi dapat memberikan informasi yang dibutuhkan masyarakat dalam meningkatkan pemahaman mengenai perawatan hipertensi salah satunya adalah diet DASH (Sofiana, 2018). Pemberian Pendidikan Kesehatan memerlukan media. Media edukasi ini dapat digunakan untuk menyampaikan informasi kesehatan, karena alat ini memudahkan dalam menerima pesan. Ada beberapa media yang sering digunakan dalam penyuluhan kesehatan seperti brosur, flyer, kalender, flipchart, leaflet, video dan lain-lain (Jatmika, 2019). Selama ini pendidikan kesehatan di Puskesmas Janti menggunakan media video dan leaflet.

Pemberian informasi menggunakan media video adalah media yang menyajikan audio dan visual yang berisi materi dan pesan pembelajaran (Hakim, 2021). Sedangkan media leaflet merupakan media yang menyampaikan informasi dalam bentuk selebaran dengan pengemasan penyampaian informasi yang singkat (Fitriah, 2018). Pemilihan media yang tepat digunakan untuk meningkatkan motivasi seseorang sehingga akan mempengaruhi tingkat pemahaman. Penggunaan media leaflet memiliki efektivitas pemahaman yang baik, dikarenakan media leaflet menyajikan informasi dalam bentuk yang menarik dan mudah dibaca (Guix Comelas, et al, 2017).

Berdasarkan uraian diatas, salah satu peran perawat adalah edukator. Perawat sebaiknya memiliki kemampuan untuk memilih media pembelajaran yang tepat kepada pasien agar pesan pendidikan kesehatan dapat tersampaikan dengan baik, oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Perbandingan Pemberian Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Dan Leaflet Terhadap Tingkat Pemahaman Penderita Hipertensi Tentang Diet DASH di Puskesmas Janti Malang".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu, adakah perbandingan pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media video dan leaflet terhadap tingkat pemahaman penderita hipertensi tentang diet DASH

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengidentifikasi perbedaan tingkat pemahaman penderita hipertensi tentang diet DASH di Puskesmas Janti Malang melalui pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media video dan leaflet

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi tingkat pemahaman melalui pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet terhadap penderita hipertensi tentang diet DASH di Puskesmas Janti Malang
- 2) Mengidentifikasi tingkat pemahaman melalui pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media video terhadap penderita hipertensi tentang diet DASH di Puskesmas Janti Malang
- 3) Menganalisa perbedaan tingkat pemahaman melalui pemberian pendidikan Kesehatan menggunakan media leaflet dan video terhadap penderita hipertensi tentang diet DASH di Puskesmas Janti Malang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademik

Penelitian ini dapat memberikan gambaran serta dijadikan referensi pada penelitian selanjutnya mengenai perbedaan pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media video dan leaflet terhadap tingkat pemahaman penderita hipertensi tentang diet DASH di Puskesmas Janti Malang.

1.4.2 Manfaat Praktis

- 1) Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu bahan acuan bagi tenaga kesehatan di puskesmas dalam upaya meningkatkan pelayanan di bidang kesehatan dalam memilih media pendidikan kesehatan terkait diet DASH pada penderita hipertensi

2) Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan informasi bagi mahasiswa Stikes Panti Waluya Malang khususnya pada mata kuliah promosi kesehatan tentang pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media video dan leaflet terhadap tingkat pemahaman penderita hipertensi tentang diet DASH

3) Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi tenaga kesehatan untuk pengembangan dan peningkatan kualitas pelayanan keperawatan mengenai perbedaan pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media video dan leaflet terhadap tingkat pemahaman penderita hipertensi tentang diet DASH

4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi atau masukan bagi penelitian berikutnya mengenai pemberian pendidikan kesehatan tentang diet DASH

