BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Hipertensi merupakan salah satu isu kesehatan global yang sangat serius dan menjadi penyebab utama kematian di seluruh dunia dan menjadi penyebab utama kematian diseluruh dunia. Berdasarkan data dari WHO, lebih dari 1,13 miliar orang –sekitar 40,8 % dari populasi global – mengidap hipertensi. Jumlah ini diperkirakan akan terus meningkat hingga mencapai 1,56 miliar orang pada tahun 2025. Setiap tahunnya, hipertensi dan komplikasi yang ditimbulkannya menyebabkan sekitar 10,44 juta kematian. Di Indonesia, tingkat prevalensi hipertensi tercatat sebesar 34,11%, dengan sekitar 15 juta penderita. Sayangnya, hanya sekitar 4% dari jumlah tersebut yang memiliki tekanan darah yang terkontrol dengan baik (Putrid et al.,2022). Kondisi ini menunjukkan bahwa hipertensi merupakan tantangan kesehatan yang besar di Indonesia, termasuk di Kota Kupang. Di daerah ini, hipertensi menempati peringkat ketiga dalam daftar sepuluh penyakit terbanyak, dengan jumlah kasus mencapai 29.149 pada tahun 2022 (Dinas Kesehatan Kota Kupang,2022).

World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa prevalensi global penyakit hipertensi sebesar 22% dari total penduduk dunia

Prevalensi hipertensi secara global tertinggi terdapat di wilayah Afrika sebesar 27% dan prevalensi terendah terdapat di wilayah Amerika sebesar 18%, sementara Asia Tenggara berada pada posisi ketiga tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% dari total penduduk dunia.(3) Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penderita penyakit hipertensi penduduk usia ≥ 18 World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa prevalensi global penyakit hipertensi sebesar 22% dari total penduduk dunia. tahun di Indonesia mengalami peningkatan dari 25,8% di tahun 2013 menjadi 34,1% di tahun 2018. Jika dilihat berdasarkan provinsi, prevalensi kejadian hipertensi di Nusa Tenggara Timur (NTT) tahun 2018 sebesar 27,72% Menurut Dinas Kesehatan Kota Kupang

pada tahun 2019, jumlah kunjungan pasien hipertensi di wilayah tersebut mencapai 16.577 kunjungan. Dari jumlah tersebut, kunjungan terbanyak terjadi di Puskesmas Pasir Panjang, yaitu sebanyak 3.327 kunjungan Puskesmas Oesapa menempati urutan ketiga tertinggi dalam jumlah kunjungan pasien hipertensi di Kota Kupang, dengan total 2.163 kunjungan. Kunjungan pasien hipertensi di Puskesmas ini menunjukkan tren yang tetap tinggi setiap tahunnya. Pada tahun 2018, tercatat 1.941 kunjungan, dan meningkat menjadi 2.163 kunjungan pada tahun 2019.

Data awal dari Puskesmas Oesapa menunjukkan bahwa pada tahun 2019 terdapat 580 kasus baru hipertensi dari total populasi sebanyak 85.951 jiwa. Sementara itu, pada tahun 2020 tercatat 486 kasus baru dari jumlah penduduk sebesar 88.550 jiwa. Melihat angka tersebut, dapat disimpulkan bahwa hipertensi masih merupakan isu kesehatan yang cukup signifikan di wilayah kerja Puskesmas Oesapa.

Faktor risiko yang berperan dalam munculnya penyakit hipertensi pada individu terbagi menjadi dua kategori, yaitu faktor yang tidak dapat diubah dan faktor yang dapat dikendalikan. Faktor yang tidak bisa diubah mencakup usia, jenis kelamin, dan riwayat genetik. Sementara itu, faktor yang masih bisa dimodifikasi meliputi kebiasaan merokok, konsumsi garam yang berlebihan, kelebihan berat badan (obesitas), pola makan rendah serat, kurangnya aktivitas fisik, konsumsi alkohol, gangguan lemak darah (dislipidemia), serta stres. Terjadinya hipertensi umumnya disebabkan oleh interaksi berbagai faktor risiko tersebut secara bersamaan.

Pengelolaan pasien hipertensi secara umum tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap namun juga dipengaruhi oleh kemandirian dalam menjalankan self-care management atau perawatan diri. Self care management adalah suatu kegiatan yang dijalankan seseorang untuk memelihara kesehatan secara mandiri. Ada beberapa komponen self management yakni regulasi diri, integrasi diri, pemantauan tekanan darah, interaksi dengan tenaga medis yang lain,

dan patuh atas aturan yang disarankan. Hal terpenting dalam self care management untuk lansia hipertensi ialah dukungan keluarga (Meo et al., 2023).

Dalam upaya untuk mengatasi tekanan darah tinggi secara terus-menerus dan mencegah timbulnya komplikasi, maka dibutuhkan self-care management sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup yang lebih baik pada penderita hipertensi. Orang yang memiliki penyakit hipertensi penting untuk melakukan kontrol dan perawatan pada dirinya sendiri. Mulai berhenti merokok, menjaga diet sehat, menjaga berat badan ideal, rajin melakukan aktivitas fisik, dan mengelola stres. Selain itu, penderita hipertensi perlu melakukan cek kesehatan dan pengukuran tekanan darah secara berkala dan rutin untuk mengendalikan tekanan darahnya agar selalu stabil (Febriyona et al., 2023).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian masalah latar belakang yang menjadi masalah pada penelitian ini adalah apakah ada pengaruh edukasi perilaku kepatuhan diet rendah garam terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengidentifikasi pengaruh edukasi media leaflet terhadap kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi kepatuhan dalam menjalankan diet rendah garam sebelum pemberian edukasi media leaflet
2. Untuk mengidentifikasi kepatuhan dalam menjalankan diet rendah garam setelah pemberian edukasi media leaflet
3. Untuk mengidentifikasi tekanan darah sebelum pemberian diet rendah garam setelah pemberian edukasi media leaflet
4. Untuk mengidentifikasi tekanan darah setelah pemberian diet rendah garam dan pemberian edukasi

5. Menganalisa pengaruh edukasi media leaflet terhadap kepatuhan dalam menjalankan diet rendah garam

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Tempat Peneliti

Penelitian dapat menjadi bahan pertimbangan dalam menyusun program atau kegiatan pendidikan kesehatan di Pusesmas Oesapa mengenai Pengaruh Edukasi Kepatuhan Diet Rendah Garam Pada Pasien Hipertensi

1.4.2 Bagi Peneliti

Penelitian ini bermanfaat menambah wawasan, pengetahuan, pengalaman bagi peneliti selanjutnya mengenai pengaruh edukasi media leaflet terhadap kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi

1.4.3 Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan bagi masyarakat tentang pengaruh edukasi media leaflet terhadap kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi