

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara abnormal dan terus menerus. Hipertensi merupakan keadaan ketika tekanan darah sistolik lebih dari 120 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 80 mmHg. Hipertensi adalah suatu penyakit yang memiliki angka kematian yang cukup tinggi sehingga dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang, hipertensi juga mempunyai peranan penting dalam meningkatkan kesadaran dan perilaku dalam mengontrol tekanan darah. Gaya hidup sehat merupakan salah satu upaya meminimalkan komplikasi akibat hipertensi yang dapat berujung pada kematian (Ana et al., 2023).

Berdasarkan data yang disajikan oleh Organisasi Kesehatan Dunia/*World Health Organization* (WHO), jumlah kasus hipertensi di kalangan populasi dewasa terus menunjukkan kecenderungan peningkatan yang signifikan di masa mendatang. Pada tahun 2022, diperkirakan sekitar 1,28 miliar orang dewasa, atau sekitar 25% dari populasi dewasa global, menderita kondisi ini. Hipertensi atau tekanan darah tinggi, merupakan kondisi medis yang serius karena dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, dan gangguan kesehatan lainnya yang mengancam jiwa. Selain itu, data kematian yang terkait dengan hipertensi juga mencatat angka yang mengkhawatirkan, dengan perkiraan sekitar 10,2 juta kematian akibat komplikasi hipertensi pada tahun yang sama. Menurut laporan terbaru dari WHO pada tahun 2023, prevalensi hipertensi terus mengalami peningkatan global, dengan lebih dari 30% dari populasi dewasa di seluruh dunia terkena dampaknya. Hal ini menunjukkan bahwa hipertensi bukan hanya merupakan masalah kesehatan individu, tetapi juga merupakan tantangan kesehatan masyarakat yang membutuhkan perhatian serius dari sektor kesehatan global. WHO menekankan pentingnya deteksi dini, pengelolaan yang tepat, dan pencegahan primordial untuk mengurangi beban penyakit yang disebabkan oleh hipertensi (Rahmi et al., 2024).

Berdasarkan data di Indonesia yang diperoleh dari Riskesdas terbaru pada tahun 2022, angka kejadian hipertensi mencapai 34,11%. Angka kejadian ini mengalami penambahan yang cukup signifikan apabila dibandingkan dengan data yang diperoleh dari hasil Riskesdas sebelumnya pada tahun 2019, diperoleh hasil pengukuran tekanan darah masyarakat dan peningkatan yang cukup signifikan terjadi pada pengukuran tekanan darah usia diatas 60 tahun yaitu sebesar 25.8% (Kemenkes RI,2020). Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian(Rahmi et al., 2024)

Data kasus hipertensi Dinas Kesehatan Nusa Tenggara Timur (NTT) pada tahun 2019 sebanyak 183.781 kasus (18,3%), meningkat pada tahun 2020 menjadi 177.797 kasus (24%) tetapi mengalami penurunan kembali pada tahun 2021 menjadi 188,452 kasus (18%) (Dinkes Provinsi NTT, 2021). Hipertensi masuk dalam 10 besar penyakit terbanyak di kabupaten Kupang dan menempati urutan kedua tahun 2022. Penyakit hipertensi di Kabupaten Kupang pada tahun 2021 sebanyak 4.579 kasus, dan meningkat menjadi 18.078 kasus pada tahun 2022. Berdasarkan jenis kelamin, jumlah penderita hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan tahun 2022, pada kelompok laki-laki sebanyak 9.172 kasus lebih tinggi pada kelompok perempuan yaitu sebanyak 8.915 kasus (Surya, 2022).

Berdasarkan data jumlah kasus hipertensi di Kabupaten Sumba Timur pada tahun 2022 adalah 2.876 kasus. Angka ini setara dengan 2,7% dari jumlah penduduk Kabupaten Sumba Timur yang pada tahun 2022 tercatat 105.521 jiwa.. Prevalensi kasus hipertensi di Kabupaten Sumba Timur (data Dinas Kesehatan Sumba Timur, 2023), sebanyak 43.453 kasus (2020), sebanyak 42.831 kasus (2021), sebanyak 41.604 kasus (2022) (Toru et al., 2025). Berdasarkan data yang diperoleh melalui buku register Puskesmas Kambaniru, penyakit hipertensi pada tahun 2021 berjumlah 142 kasus. Tahun 2022 penyakit hipertensi meningkat menjadi 150 kasus. Pada tahun 2023 januari-desember hipertensi meningkat menjadi 3.325 kasus.

Penerapan edukasi kesehatan tentang diet rendah garam merupakan salah satu cara untuk mengatasi hipertensi tanpa efek samping yang serius karena metode pengendaliannya lebih alami yang bertujuan untuk membantu menurunkan tekanan darah tinggi menuju tekanan darah normal. Makanan yang dimakan secara langsung atau tidak langsung berpengaruh terhadap kestabilan tekanan darah. Kandungan gizi seperti lemak dan Natrium memiliki kaitan yang erat dengan munculnya hipertensi. Pelaksanaan diet yang teratur dapat menormalkan tekanan darah, yaitu dengan mengurangi makanan dengan tinggi garam makanan yang berlemak, mengonsumsi makanan yang tinggi serat dan melakukan aktivitas olahraga. Tujuan dari diet rendah garam adalah membantu menurunkan tekanan darah serta mempertahankan tekanan darah menuju normal. Diet rendah garam merupakan salah satu cara untuk mengatasi kekambuhan hipertensi tanpa efek samping yang serius karena metode pengendaliannya lebih alami yang bertujuan untuk membantu menurunkan tekanan darah tinggi menuju tekanan darah normal.

Pengetahuan berasal dari etimologi kata "tahu" yang mencakup makna seperti mengenal dan memahami setelah melalui pengalaman seperti melihat, menyaksikan, dan sebagainya. Pengetahuan merupakan hasil dari upaya manusia yang ingin tahu tentang suatu hal atau apapun melalui berbagai metode dan menggunakan alat-alat khusus. Defisit pengetahuan merujuk pada kurangnya pemahaman atau kekurangan informasi tentang suatu pengetahuan tertentu. Jenis dan sifat pengetahuan memiliki beragam variasi, termasuk yang bersifat langsung atau tidak langsung, subyektif atau obyektif, dan umum atau spesifik, tergantung pada sumber, metode perolehan, dan alat yang digunakan (Oktaviana & Rispawati, 2023).

Menurut penelitian Reski Pebriani, 2023, membuktikan bahwa pola diet terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Adapun hasil penelitian dari Mayta Sari Dwianggimawati, 2022, menyatakan bahwa audiovisual diet rendah garam efektif sebagai media edukasi kesehatan terhadap perubahan pengetahuan tentang diet rendah garam penderita hipertensi.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian studi kasus dengan judul "penerapan edukasi kesehatan tentang diet rendah garam pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan deficit pengetahuan".

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana penerapan edukasi kesehatan tentang diet rendah garam pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan deficit pengetahuan di Wilayah Kerja Puskesmas Kambaniru?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk menerapkan edukasi kesehatan tentang diet rendah garam pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan deficit pengetahuan di Wilayah Kerja Puskesmas Kambaniru.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mampu melakukan pengkajian pada pasien hipertensi dengan penerapan edukasi diet rendah garam
2. Mampu menentukan diagnosa keperawatan pada pasien hipertensi dengan penerapan diet rendah
3. Mampu menentukan intervensi keperawatan pada pasien hipertensi dengan penerapan diet rendah
4. Mampu melakukan implementasi keperawatan pada pasien hipertensi dengan penerapan diet rendah
5. Mampu melakukan evaluasi keperawatan pada pasien hipertensi dengan penerapan diet rendah garam

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi penulis

Menambah pengembangan dalam ilmu pengetahuan dan informasi bagi penulis tentang penerapan edukasi kesehatan edukasi diet rendah garam dengan masalah keperawatan deficit pengetahuan.

2. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan bagi pengembangan keilmuan khususnya di Program Studi Keperawatan Waingapu Politeknik Kemenkes Kupang.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi instansi rumah sakit

Dapat dijadikan sebagai masukan bagi perawat untuk melakukan penerapan edukasi kesehatan diet rendah garam pasien hipertensi.

2. Bagi pasien dan keluarga

Sebagai bahan informasi yang dapat menambah wawasan pengetahuan tentang penerapan edukasi diet rendah garam pada pasien hipertensi

1.5 Keaslian penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul penelitian, penulis, tahun	Metode penelitian	Hasil penelitian
1.	pengaruh edukasi media leaflet terhadap pengetahuan dan sikap lansia dengan hipertensi tentang diet rendah garam di desa matii kecamatan doloksanggul kabupaten humbang hasundutan (Megasilvia Sinaga, Glorya N Tambunan , Rico Pahala Candra Sihombing) tahun 2025	Desain : pre-test pot-test one group design Sampling : purposive sampling Variabel : Rata-rata sikap sebelum dilakukan edukasi menggunakan media leaflet (Pre-test) yaitu 17,97 dan setelah dilakukan edukasi (Post-test) rata-rata sikap sebesar 21,35. Instrumen : media leaflet Analisis : Hasil analisa bivariat pengetahuan dan sikap diperoleh nilai p-value <0.05 yaitu 0,000. Metode : penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimental dengan desain pre-test pot-test one group design	hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil rata-rata pengetahuan sebelum diberikan edukasi sebesar 7,70. Sedangkan hasil rata-rata pengetahuan sesudah diberikan edukasi sebesar 14,08. Rata-rata sikap sebelum melakukan edukasi menggunakan media leaflet (Pre-test) yaitu 17,97
2	Hubungan <i>Self Efficacy</i> dengan Perilaku Kepatuhan Diet Rendah Garam pada Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Kartasura (Fransisca Reviana, Agus Sudaryanto) Maret 2025	Desain : Penelitian kuantitatif Sampling : cluster sampling Variabel : hasil penelitian menunjukkan bahwa <i>self efficacy</i> tidak berpengaruh terhadap kepatuhan terhadap diet rendah garam dalam mengendalikan hipertensi pada lansia Instrumen: rumus Slovin Analisis: Spearman's Rho Metode: pendekatan cross-	Hasil penelitian inimengimplikasikan bahwa tidak ada hubungan antara efikasi diri dengan perilaku penerapan diet rendah garam dalam mengendalikan hipertensi pada lansia di Puskesmas Kartasura

			sectional dan termasuk dalam jenis penelitian kuantitatif.	
3	faktor faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi di desa ridan permai (enny Safitri, Dewi Sulastri Juwita, Alfian Rizky) Oktober tahun 2024		Desain : kuantitatif dengan rancangan <i>cross sectional</i> Sampling: random sampling Variabel: penelitian ini terdapat hubungan antara dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet rendah garam Instrumen : leaflet Analisis : univariat dan bivariat Metode: rancangan cross sectional.	Hasil penelitian ini terdapat hubungan antara dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet rendah garam, terdapat hubungan pengetahuan terhadap kepatuhan diet rendah garam, terdapat hubungan antara sikap terhadap kepatuhan diet rendah garam dan terdapat hubungan bermakna antara dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi di desa Ridan Permai

Dari hasil penelitian tersebut peneliti dapat menguraikan hasil penelitiannya yaitu pada penelitian sebelumnya menggunakan Desain kuantitatif sedangkan penelitian sekarang menggunakan metode wawancara secara langsung, pada pengambilan samplingnya secara random tetapi pada penelitian saat ini yaitu merupakan seorang pasien yang sudah diketahui mengalami penyakit Hipertensi. Dengan hasil yang diperoleh pada penelitian sebelumnya terdapat Hubungan antara dukungan keluarga terhadap kepatuhan Diet Rendah Garam sedangkan pada penelitian sekarang pasien dapat mengerti tentang penerapan Edukasi kesehatan tentang Diet rendah garam pada pasien Hipertensi setelah dilakukan edukasi selama kunjungan rumah selama 3 hari.