

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Secara global hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang saat ini menjadi masalah besar dalam dunia kesehatan. Hipertensi ialah peningkatan tekanan darah abnormal yang dapat menjadi penyebab utama timbulnya penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, gagal ginjal, dan stroke. Hipertensi juga dapat menyebabkan kematian nomor satu di dunia setiap tahunnya⁽¹⁾.

Menurut *American Heart Association* (AHA) (2017), Hipertensi dijuluki sebagai *silent killer* dimana secara diam-diam dapat menyebabkan kematian secara mendadak kepada para penderitanya. Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah tinggi dengan tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan diastolik ≥ 90 mmHg. Dampak dari hipertensi ialah apabila tidak terkontrol atau tidak diberi perhatian khusus dapat menyebabkan berbagai komplikasi hipertensi. Penyakit hipertensi ini terjadi karena jantung bekerja lebih keras memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh sehingga dapat mengganggu fungsi organ-organ lain terutama organ vital⁽²⁾⁽³⁾.

Kejadian hipertensi banyak terjadi pada penduduk berusia lanjut namun bisa juga terjadi pada penduduk usia remaja hingga dewasa. Permasalahan besar untuk usia produktif ialah dapat menurunkan produktifitas kerja. Usia Produktif merupakan suatu tahapan dalam perkembangan kehidupan, yang mana pada usia ini manusia cenderung lebih aktif dan berada di puncak aktivitas yang sangat padat sehingga dapat mengakibatkan seseorang mengalami masalah kesehatan⁽⁴⁾⁽⁵⁾.

Berdasarkan data *World Health Organization* WHO (2021), diperkirakan bahwa sebanyak 1,28 Miliar (22%) orang dewasa berusia 30–79 tahun diseluruh dunia

menderita hipertensi. Jumlah hipertensi diperkirakan akan terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang semakin bertambah. Salah satu target global untuk penyakit tidak menular ini ialah mengurangi prevalensi hipertensi sebesar 25% pada tahun 2025. Prevalensi hipertensi tertinggi berada di wilayah Afrika sebesar 27%. Sementara itu, Asia Tenggara berada diposisi ke tiga yaitu sebesar 25% terhadap total penduduk⁽⁶⁾⁽⁷⁾⁽⁸⁾.

Secara nasional hasil Riskesdas (2018), menyebutkan bahwa angka prevalensi penduduk dengan tekanan darah tinggi sebesar 34,11%. Data tersebut mengalami kenaikan yang cukup signifikan dibandingkan dengan data hasil riskesdas tahun 2013 ialah sebesar 25,8%. Prevalensi hipertensi tertinggi tahun 2018 berada di Kalimantan Selatan sebesar 44,13%, Jawa Barat sebesar 39,6%, dan Kalimantan Timur sebesar 39,3%. Prevalensi terjadi pada usia > 18 tahun dengan jumlah estimasi kasus hipertensi di Indonesia ialah sebesar 63.309.620 orang, dengan jumlah kematian sebesar 427.218 orang. Prevelensi hipertensi terjadi pada kelompok, yaitu umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%)⁽⁹⁾⁽⁸⁾.

Profil kesehatan Provinsi Sumatera Barat (2018), menyatakan bahwa hipertensi merupakan penyakit dengan jumlah terbanyak dari urutan ke 3 yang diderita oleh masyarakat. Prevalensi hipertensi di Provinsi Sumatera Barat yaitu sebesar 25,1%. Angka ini lebih tinggi dibandingkan dari Provinsi Papua sebesar 22,2%. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat besaran masalah di Provinsi Sumatera Barat. Kemudian prevalensi hipertensi per Kab/Kota di provinsi Sumatera Barat dikota Padang sebesar 21,7%. Angka ini juga lebih tinggi dibandingkan dari Kepulauan Mentawai sebesar 17,7%, maka dari itu terdapat besaran masalah terkait hipertensi dikota Padang⁽¹⁰⁾.

Selain itu berdasarkan Dinas Kesehatan Kota Padang (2022), dari 165.555 jiwa penduduk usia ≥ 15 tahun terdapat 37.011 orang, yang dilayani dengan diagnosa hipertensi sebesar 22,4%. Penderita terbanyak adalah perempuan yaitu 21.748 orang dan laki-laki sebanyak 15.263 orang. Sementara itu, data yang didapatkan dari 23 puskesmas yang ada di Kota Padang, angka estimasi kejadian hipertensi tertinggi terdapat di Puskesmas Andalas dengan jumlah estimasi penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun yakni sebanyak 14.161 orang dengan penderita yang mendapat pelayanan kesehatan berkisar 2.947 orang (20,8). Sementara itu, pada tahun 2021 kejadian hipertensi di Kota Padang ialah sebesar 31,5%, artinya kejadian hipertensi ini sudah mulai turun pada tahun 2022 di Kota Padang⁽¹¹⁾⁽¹²⁾.

Sekitar 40% kematian pada usia produktif disebabkan oleh hipertensi yang tidak terkontrol. Banyak faktor yang berperan dalam terjadinya hipertensi diantaranya faktor penyebab yang dapat dikontrol dan faktor penyebab yang tidak dapat dikontrol. Faktor yang tidak dapat dikontrol seperti keturunan, jenis kelamin, ras, dan usia. Sedangkan faktor yang dapat dikontrol seperti kebiasaan merokok, aktivitas fisik, obesitas, pekerjaan, pendidikan, stres, pengetahuan, dan pola makan yang salah⁽¹³⁾.

Untuk mengurangi angka kejadian hipertensi di Indonesia dapat dilakukan dengan cara meningkatkan pengetahuan individu, kelompok atau masyarakat mengenai hipertensi. Dalam kutipan Septianingsih (2018), kejadian hipertensi di Indonesia cenderung meningkat karena kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai penyakit hipertensi dan cara pencegahannya. Secara umum, bagi orang yang mempunyai pengetahuan dibawah rata-rata, maka orang tersebut akan memiliki sikap yang kurang objektif dalam menanggapi penyakit ini (Kristanto, 2013). Pengetahuan yang baik ialah modal awal yang dimiliki oleh penderita hipertensi agar penderita

hipertensi memahami bagaimana gejala dan dampak yang ditimbulkan. Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan ialah usia, karena semakin lanjut usia seseorang maka kemampuan untuk menerima informasi akan semakin menurun. Sementara itu, selain faktor usia latar belakang pendidikan juga dapat mempengaruhi pengetahuan individu⁽¹⁴⁾⁽¹⁵⁾.

Pola makan merupakan kebiasaan makan seseorang yang setiap hari dilihat dari jenis dan frekuensi makan. Pola makan yang salah seperti asupan natrium yang berlebih merupakan salah satu faktor penyebab yang meningkatkan terjadinya penyakit tekanan darah tinggi. Asupan tinggi natrium dapat meningkatkan retensi natrium didalam ginjal. Hal ini dapat menyebabkan jantung harus memompa keras untuk mendorong volume darah melalui ruang yang makin sempit, sehingga tekanan darah menjadi naik dan akhirnya dapat mengakibatkan terjadinya hipertensi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rachmawati (2013), menunjukkan bahwa ada hubungan antara konsumsi garam yang berlebihan dengan kejadian hipertensi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Momoto, dkk (2013), di Puskesmas Tumaratas Kecamatan Langowan Barat Kabupaten Minahasa menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan natrium dengan kejadian hipertensi dengan nilai $p < 0,003$ ($p < 0,05$)⁽¹⁶⁾⁽¹⁷⁾⁽¹⁸⁾.

Salah satu upaya dalam meningkatkan pengetahuan yang mampu mengubah pola makan ialah dengan melakukan konseling atau pemberian edukasi. Pemberian edukasi merupakan salah satu bentuk tindakan dalam membantu penderita hipertensi menyampaikan materi untuk menambah pengetahuan terkait penyakit tekanan darah tinggi. Banyak jenis media yang dapat digunakan untuk pemberian edukasi, salah satunya ialah media elektronik yang berbasis media sosial seperti *whatsapp group*.

Whatsapp ialah sebagai salah satu aplikasi media sosial yang paling banyak digunakan di Indonesia, sehingga sarana ini cukup efisien dalam berkomunikasi⁽¹⁹⁾.

Media sosial merupakan sebuah media online yang digunakan oleh orang-orang untuk berinteraksi satu sama lain dengan cara menciptakan, berbagi, serta bertukar informasi dalam suatu jaringan/komunitas virtual. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Leonita et al (2018), menyatakan bahwa media sosial melalui internet memiliki potensi besar untuk melakukan promosi kesehatan dan intervensi kesehatan lainnya, dan juga lebih mudah untuk menyentuh sasaran yang bertujuan meningkatkan pemahaman dan memberi dukungan untuk berperilaku sehat. Penelitian yang dilakukan oleh Viorela et al (2022), juga menyatakan bahwa penyuluhan melalui *whatsapp group* menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap mengenai penyakit hipertensi dari sebelum dan setelah mendapatkan materi⁽²⁰⁾.

Menurut data dari Dinkes, Puskesmas Andalas merupakan angka kejadian hipertensi tertinggi di Kota Padang. Berdasarkan studi pendahuluan dengan penanggungjawab penyakit tidak menular (PTM) Puskesmas Andalas, pencegahan hipertensi yang telah dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Andalas berupa pemberian obat hipertensi, pemberian edukasi pada saat posyandu, serta pemberian konseling pada pasien dengan tenaga pelayanan gizi saat berobat. Berdasarkan hasil wawancara dengan penanggungjawab penyakit tidak menular Puskesmas Andalas, didapatkan data jumlah kunjungan pasien usia produktif dengan kejadian hipertensi pada periode Januari – Februari 2023 sebanyak 450 orang. Beberapa faktor penyebab hipertensi yang terjadi di Puskesmas Andalas disebabkan oleh pola makan yang salah seperti konsumsi natrium yang tinggi dan pengetahuan yang kurang terhadap hipertensi ini. Selanjutnya dari hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti di

Puskesmas Andalas maka asumsi peneliti yaitu responden yang tidak menjaga pola makannya serta pengetahuan yang kurang akan berisiko terhadap kejadian hipertensi.

1.2 Rumusan Masalah

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang saat ini menjadi masalah besar dalam dunia kesehatan. Hipertensi dapat menjadi penyebab utama timbulnya penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, gagal ginjal, dan stroke. Kejadian hipertensi pada saat ini tidak hanya terjadi pada usia lanjut tapi sudah diderita pada kelompok usia produktif yang dipengaruhi oleh salah satunya yaitu kurangnya pengetahuan dan pola makan yang salah seperti asupan natrium. Tindakan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pemahaman pada usia produktif ialah dengan melakukan pemberian edukasi. Pemberian edukasi pada usia produktif dapat dilakukan dengan metode konseling berbasis media sosial, penggunaan media salah satunya ialah menggunakan *whatsapp*. Berdasarkan uraian di atas, maka pertanyaan penelitian ialah bagaimana pengaruh pemberian edukasi dengan metode konseling berbasis media sosial terhadap tingkat pengetahuan dan asupan natrium pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2023?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi dengan metode konseling berbasis media sosial *whatsapp* terhadap tingkat pengetahuan dan asupan natrium pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2023.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui distribusi rata-rata skor tingkat pengetahuan penderita hipertensi sebelum dan sesudah edukasi pada kelompok intervensi dan kontrol.
2. Diketahui distribusi rata-rata skor asupan natrium penderita hipertensi sebelum dan sesudah edukasi pada kelompok intervensi dan kontrol.
3. Diketahui perbedaan rata-rata skor tingkat pengetahuan penderita hipertensi sebelum dan sesudah edukasi pada kelompok intervensi dan kontrol.
4. Diketahui perbedaan rata-rata skor asupan natrium penderita hipertensi sebelum dan sesudah edukasi pada kelompok intervensi dan kontrol.
5. Diketahui perbedaan skor tingkat pengetahuan penderita hipertensi sebelum dan sesudah edukasi pada kelompok intervensi dan kontrol.
6. Diketahui perbedaan skor asupan natrium penderita hipertensi sebelum dan sesudah edukasi pada kelompok intervensi dan kontrol.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

1. Bagi Peneliti

Dapat menambah pengetahuan atau wawasan dan mengaplikasikan ilmu yang didapatkan selama perkuliahan serta sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan di Prodi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

2. Bagi Masyarakat

Untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat khususnya pada usia produktif tentang hipertensi.

3. Bagi Puskesmas atau Institusi

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menambah referensi bagi instansi, sehingga dapat dijadikan acuan dalam merumuskan kebijakan untuk menanggulangi masalah hipertensi.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi dengan metode konseling berbasis media sosial *whatsapp* terhadap tingkat pengetahuan dan asupan natrium pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2023. Variabel independen pada penelitian ini ialah edukasi dengan metode konseling berbasis media sosial *whatsapp* sedangkan variabel dependen ialah tingkat pengetahuan dan asupan natrium. Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah metode penelitian kuantitatif dengan desain *quasy eksperiment* menggunakan rancangan penelitian *pre-post test with control group*. Sampel penelitian ditentukan dengan *purposive sampling* berdasarkan ketentuan yang ditetapkan oleh peneliti. Penelitian ini akan dilakukan pada bulan Mei 2023 sampai Maret 2024 di Puskesmas Andalas. Analisis data yang dilakukan untuk uji statistik menggunakan uji normalitas *Shapiro – Wilk* berdistribusi normal jika $p > 0,05$, sehingga dapat dilakukan uji *paired sample test* untuk melihat apakah terdapat perbedaan pengetahuan dan asupan natrium penderita hipertensi pada usia produktif kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Namun jika data yang didapat berdistribusi tidak normal $p < 0,05$ maka akan dilakukan uji *wilcoxon*.