

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang

Beberapa tahun terakhir ini hipertensi menjadi salah satu masalah kesehatan yang paling umum di jumpai dalam dunia keperawatan. Apabila tidak ditangani dengan benar, maka hipertensi akan menjadi kondisi medis yang serius dan dapat meningkatkan risiko jantung, otak, ginjal, dan penyakit lainnya. Kurangnya pengetahuan dan pola hidup yang tidak sehat menjadi penyebab utama terjadinya hipertensi pada berbagai golongan usia. Umumnya masyarakat menganggap penyakit hipertensi hanya penyakit yang biasa dan tidak segera ditangani dengan cepat, apalagi pada zaman sekarang kebutuhan ekonomi yang semakin bertambah dan sulitnya mencari pekerjaan mempengaruhi kehidupan yang kurang sehat terutama pola makan yang kurang baik tanpa mengetahui pemberian diit yang tepat. Kesadaran masyarakat cenderung masih lemah mengenai penyakit hipertensi, hal ini dibuktikan dengan masyarakat lebih memilih makanan cepat saji yang biasanya rendah serat, namun tinggi lemak, gula, dan garam. hal ini dapat menyebabkan tingginya resiko terjadinya kekambuhan hipertensi berulang (*WHO*, 2015).

Hipertensi menjadi salah satu masalah kesehatan yang cukup tinggi di dunia. Menurut data *World Healty Organization (WHO)* (2015) menunjukkan bahwa prevalensi penderita hipertensi terjadi pada kelompok dewasa yang berumur ≥ 25 tahun yaitu sekitar 40% (Ainurrafiq et al, 2019). Berdasarkan perkiraan terdapat sekitar 63.309.620 orang jumlah kasus

hipertensi di Indonesia. Pada tahun 2018 Riskesdas menyebutkan bahwa berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun memiliki prevalensi hipertensi sebesar 34,1%. Angka prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Timur masih cukup tinggi bila dibandingkan dengan angka prevalensi di Indonesia, yaitu sebesar 26,5% (Kemenkes RI, 2018). Laporan Kementerian Kesehatan yang dimuat dalam Riskesdas 2018 menyatakan bahwa mayoritas (59,8%) pasien hipertensi tidak patuh terhadap pengobatan penyakitnya, salah satunya pada penerapan diet hipertensi. Hal ini menandakan bahwa sebagian besar kasus hipertensi di masyarakat belum sepenuhnya terkendali oleh pelayanan kesehatan (Riskesdas, 2019).

Hipertensi menjadi salah satu penyebab utama kematian di Indonesia. Faktor risiko tekanan darah tinggi antara lain riwayat keluarga, usia, jenis kelamin, etnis, tingkat stres, obesitas, gaya hidup, kebiasaan merokok dan asupan garam yang berlebihan (Laili et al., 2022). Faktor penting yang menyebabkan seseorang menderita tekanan darah tinggi adalah pola hidup yang tidak sehat (Salsabila, 2019). Berdasarkan hasil wawancara terhadap beberapa penderita hipertensi di puskesmas mulyorejo terkait dengan terjadinya penyakit hipertensi, sebagian besar tidak terlalu memahami asupan makanan yang harus di konsumsi, tingkat pendidikan tergolong rendah dan jarang terpapar dengan sumber informasi atau penyuluhan kesehatan yang harusnya dilakukan oleh petugas kesehatan atau kader puskesmas, ada pula penderita yang mengatakan repot apabila harus membuat makanan yang terpisah dari anggota keluarga lainnya,

bahkan sebagian besar penderita tidak terlalu peduli dengan hipertensi yang dideritanya karena belum mengganggu aktivitas sehari-hari dan beranggapan tekanan darahnya akan normal kembali dalam beberapa hari.

Makanan dapat mempengaruhi frekuensi dan keparahan hipertensi, oleh karena itu diperlukan perilaku diet untuk mengontrol dan mencegah komplikasi hipertensi (Kurnia, 2021). Tekanan darah tinggi dapat dikelola dengan salah satu metode *non-farmakologis* yaitu dengan cara Perubahan diet, penurunan asupan garam, peningkatan asupan kalium dan magnesium, dan olahraga. Menggunakan diet *DASH (Dietary Approach To Stop Hypertension)* menjadi salah satu strategi untuk mengubah diet penderita hipertensi karena, pada umumnya diet *DASH* ini dilakukan untuk mengatur garam dan natrium (*low-salt diet*) (Mukti, 2019). Dengan demikian perlu adanya pengenalan diet *DASH* pada masyarakat khususnya penderita hipertensi untuk meminimalisir terjadinya kekambuhan.

Memberikan edukasi diperlukan beberapa media yang baik, salah satunya adalah leaflet. Leaflet adalah selembur kertas yang berisi informasi spesifik, isi leaflet diilustrasikan dengan berbagai informasi yang diperlukan agar pembaca dapat langsung memahami isi leaflet. Menurut penelitian Ariani (2023), menunjukkan bahwa bahwa penyuluhan dengan menggunakan media leaflet mempengaruhi perilaku masyarakat yang mengalami hipertensi. Selain itu menurut hasil penelitian Kurniawati (2016), yang menunjukkan hasil bahwa pemberian pendidikan kesehatan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kepatuhan diet pada penderita hipertensi.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian terkait Penerapan *Dietary Approach To Stop Hypertension (DASH)* melalui edukasi media leaflet pada masalah ketidakpatuhan diet di wilayah puskesmas mulyorejo kota malang

1.2. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah pada karya tulis ilmiah ini mengenai “Bagaimana epektifitas penerapan diet *DASH* melalui edukasi media leaflet pada masalah ketidakpatuhan diet di wilayah puskesmas mulyorejo kota malang?”.

1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan umum

Untuk memperoleh asuhan keperawatan pada klien hipertensi dengan penerapan *Dietary Approach To Stop Hypertension (DASH)* melalui edukasi media leaflet pada masalah ketidakpatuhan diet di wilayah puskesmas mulyorejo kota malang

1.3.2. Tujuan khusus

1. Dapat melakukan Pengkajian keperawatan pada lansia hipertensi dengan masalah ketidakpatuhan diet dengan edukasi media leaflet.
2. Dapat menegakkan diagnose keperawatan pada lansia hipertensi dengan masalah ketidakpatuhan diet dengan edukasi media leaflet.

3. Dapat membuat perencanaan tindakan keperawatan sesuai dengan masalah keperawatan pada pasien hipertensi dengan ketidakpatuhan diet menggunakan edukasi media leaflet
4. Dapat melaksanakan intervensi keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah ketidakpatuhan diet menggunakan edukasi media leaflet
5. Dapat membuat evaluasi dari pelaksanaan tindakan keperawatan yang telah dilakukan pada pasien hipertensi dengan masalah ketidakpatuhan diet menggunakan edukasi media leaflet