

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar belakang**

Hipertensi, yang dikenal juga sebagai tekanan darah tinggi, termasuk penyakit tidak menular yang sangat sering dialami masyarakat di berbagai negara. Kondisi ini berperan besar sebagai pemicu timbulnya berbagai komplikasi serius, seperti stroke, gangguan jantung koroner, kerusakan fungsi ginjal, hingga risiko kematian mendadak (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengungkapkan bahwa tekanan darah tinggi menjadi salah satu kondisi yang banyak dialami masyarakat global, dengan sekitar 1,28 miliar orang dewasa tercatat menderita hipertensi, namun hanya kurang dari separuh yang terdiagnosis dan menjalani pengobatan secara rutin (WHO, 2021) (Siswoaribowo et al., 2023). Hipertensi sering disebut sebagai "silent killer" karena gejalanya yang tidak kentara, padahal dampaknya sangat besar bagi produktivitas dan kualitas hidup penderitanya. Ketika tidak ditangani dengan baik, hipertensi dapat memicu kerusakan pada organ vital dalam tubuh secara perlahan dan progresif (Mubarakah & Panma, 2023).

Di Indonesia, satu dari empat orang dewasa berusia 18 tahun ke atas menderita hipertensi menurut data Riskesdas 2013. Sepuluh tahun berselang, hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan tren peningkatan kasus yang juga terlihat di Daerah Istimewa Yogyakarta. Menariknya, Riskesdas 2018 mencatat angka hipertensi di DIY mencapai 10,7%, lebih tinggi dibandingkan rata-rata nasional pada saat itu yaitu 8,4% (Kemenkes, 2013). Berdasarkan survei Kesehatan Indonesia 2023 mencatat bahwa jumlah penderita hipertensi masih tinggi, menandakan penyakit ini tetap menjadi tantangan serius bagi kesehatan masyarakat di DIY mengalami peningkatan hingga 13,0%, memperlihatkan tren peningkatan yang sejalan dengan pola nasional. Tingginya angka prevalensi ini menandakan bahwa masyarakat DIY, termasuk lansia, masih menghadapi tantangan besar dalam mengelola tekanan darah yang sehat, hal ini banyak dipengaruhi oleh faktor risiko yang semakin meningkat, seperti asupan natrium

yang berlebihan, tekanan psikologis, serta rendahnya aktivitas fisik (Darmawati et al., 2024).

Pada kondisi lanjut, hipertensi dapat menimbulkan komplikasi. Namun sebagian besar penderita hipertensi baru menyadari kondisinya setelah mengalami komplikasi. Hal ini, menunjukkan masih rendahnya kesadaran masyarakat terhadap deteksi dini dan pencegahan. Apabila tidak dikelola secara optimal, hipertensi dapat menimbulkan berbagai komplikasi medis yang signifikan. Organ kardiovaskular, khususnya jantung dan sistem vaskular, menjadi target kerusakan utama akibat tekanan darah yang terus-menerus tinggi, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan morbiditas dan mortalitas. (Astuti et al., 2024). Tingginya tekanan darah secara terus-menerus berpotensi merusak arteri, menimbulkan pengerasan dan penyempitan pembuluh darah atau aterosklerosis, yang pada gilirannya meningkatkan risiko penyakit jantung koroner, serangan jantung, hingga kegagalan jantung. (Hutagalung, 2021a). Jantung harus bekerja lebih keras untuk memompa darah, sehingga lama-kelamaan dapat terjadi pembesaran jantung kiri (left ventricular hypertrophy), yang merupakan faktor risiko kuat untuk gagal jantung dan aritmia. Jika tidak ditangani secara tepat, hipertensi dapat memperpendek harapan hidup penderita secara signifikan (W. K. Wulandari et al., 2025).

Hipertensi yang tidak terkontrol tidak hanya berdampak pada sistem kardiovaskular, tetapi juga memberikan risiko serius terhadap kesehatan otak. Tekanan darah yang terus meningkat dapat menimbulkan tekanan berlebih pada dinding pembuluh darah otak, sehingga meningkatkan kemungkinan terjadinya pecah. Kondisi ini pada akhirnya dapat menyebabkan stroke hemoragik atau menyumbat aliran darah yang dapat menimbulkan stroke iskemik. Hipertensi juga telah dikaitkan dengan penurunan fungsi kognitif dan peningkatan risiko demensia vascular (Diontama et al., 2025). Bahkan, hipertensi yang berlangsung lama tanpa pengelolaan yang baik dapat memperburuk proses degeneratif pada lansia. Oleh karena itu, upaya deteksi dini dan pengendalian tekanan darah menjadi sangat penting, terutama pada kelompok usia lanjut yang lebih rentan mengalami komplikasi neurologis (Lating & Tunny, 2025). Hipertensi juga dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal, yang dalam jangka panjang dapat

berkembang menjadi penyakit ginjal kronis (CKD) bahkan gagal ginjal stadium akhir. Ginjal memiliki fungsi penting dalam mengontrol tekanan darah melalui sistem renin-angiotensin. Tekanan darah yang tinggi dalam jangka panjang dapat menghambat sirkulasi darah menuju ginjal. Lama-kelamaan, hal ini menyebabkan kerusakan pada nefron sehingga fungsi penyaringan ginjal menurun dan meningkatkan risiko penyakit ginjal kronis, penderita mungkin memerlukan terapi cuci darah (dialisis) secara rutin. Hipertensi juga berkontribusi terhadap kerusakan retina mata (retinopati hipertensi) yang dapat menyebabkan gangguan penglihatan atau kebutaan (Wulaningsih, 2025). Keseluruhan komplikasi ini menunjukkan betapa pentingnya pengendalian hipertensi secara menyeluruh melalui perubahan gaya hidup, pengobatan teratur, dan edukasi kesehatan yang berkelanjutan.

Salah satu sasaran pengendalian hipertensi adalah lansia karena hipertensi banyak terjadi pada lansia. Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) merupakan salah satu provinsi dengan proporsi penduduk lanjut usia tertinggi di Indonesia. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) DIY tahun 2023, lebih dari 13% penduduknya berada pada kelompok umur  $\geq 60$  tahun. Sementara itu, di tingkat nasional, tren serupa terlihat dengan peningkatan jumlah lansia yang pada tahun 2023 tercatat sekitar 11% dari total populasi (Irianti et al., 2021). Hal ini menjadikan Yogyakarta sebagai daerah dengan tantangan besar dalam hal penyediaan layanan kesehatan yang responsif terhadap kebutuhan lansia. Dinas Kesehatan DIY pada tahun 2023 juga melaporkan bahwa prevalensi hipertensi di provinsi ini mencapai sekitar 13%, dengan penderita terbanyak berasal dari kalangan usia lanjut (Diana et al., 2023). Situasi ini menjadi semakin kompleks mengingat jumlah penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia terus meningkat setiap tahunnya, yang berarti beban penyakit kronis seperti hipertensi juga ikut meningkat secara signifikan (Hamzah et al., 2021).

Aspek-aspek yang mempengaruhi kerentanan hipertensi lansia tidak hanya berasal dari aspek biologis seperti penurunan elastisitas pembuluh darah akibat penuaan, tetapi juga diperparah oleh pola hidup yang tidak sehat (Gita Sandy Patonengan, 2022). Kebiasaan mengkonsumsi makanan tinggi garam dan lemak, kurang aktivitas fisik, stres emosional, bahkan kurangnya pemahaman

tentang pentingnya kontrol tekanan darah menjadi penyumbang utama meningkatnya kasus hipertensi (Hamzah et al., 2021).

Upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi tidak bisa lepas dari pentingnya edukasi kesehatan. Dengan memberikan informasi yang jelas dan mudah dipahami, masyarakat terdorong untuk lebih peduli terhadap pola hidup sehat, seperti mengurangi konsumsi garam, berhenti merokok, serta rutin beraktivitas fisik. Edukasi ini diharapkan mampu membentuk perilaku sehat yang berkelanjutan terutama pada kelompok usia lanjut (Ischak et al., 2022). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan secara terstruktur dan konsisten mampu meningkatkan kesadaran serta pengetahuan lansia tentang pentingnya menjaga tekanan darah tetap stabil. Misalnya, studi oleh Isnaeni dan Darussalam (2019) di wilayah Bantul, Yogyakarta, menemukan bahwa metode edukasi berbasis audio-visual yang dikombinasikan dengan diskusi interaktif mampu meningkatkan pemahaman lansia mengenai faktor risiko, gejala, dan cara pengendalian hipertensi secara signifikan (Riyadi & Warseno, 2025). Pendekatan yang komunikatif dan sesuai dengan kemampuan kognitif lansia terbukti lebih efektif dibandingkan penyuluhan satu arah atau penggunaan media tertulis yang terlalu teknis. Efektivitas edukasi kesehatan dapat dilihat dari peningkatan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah pelaksanaan edukasi. Edukasi yang efektif akan memberikan dampak nyata pada pemahaman dan sikap lansia terhadap pengelolaan penyakitnya (Ayaturahmi et al., 2022). Oleh karena itu, evaluasi terhadap efektivitas program edukasi menjadi penting agar intervensi yang dilakukan tidak hanya menjadi rutinitas administratif, tetapi benar-benar memberikan manfaat bagi peserta. Salah satu cara yang umum digunakan adalah dengan melakukan pretest dan posttest untuk peningkatan pengetahuan lansia setelah mengikuti sesi edukasi.

Penelitian-penelitian yang dilakukan dalam lima tahun terakhir memberikan bukti kuat bahwa edukasi kesehatan, khususnya yang berkaitan dengan hipertensi, memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan pada pasien lansia. Menurut Oktaviana dan Rispawati (2023), edukasi tentang hipertensi secara signifikan meningkatkan pengetahuan lansia, dengan  $p = 0,000$  ( $<0,05$ ), melalui metode leaflet dan ceramah di Puskesmas Gangga, Kabupaten

Lombok Utara. Demikian pula, Kunaryanti dan Eny (2022) dalam penelitiannya di Dukuh Cepoko, Kecamatan Ngrambe, menyatakan bahwa pemberian edukasi menggunakan metode diskusi kelompok terarah dan demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan secara signifikan dengan  $p = 0,000$  (Siregar, 2021). Penelitian lain yang sejalan dilakukan oleh Hidayat et al. (2021) di Kabupaten Jember, yang menunjukkan bahwa edukasi menggunakan pendekatan program CERDIK (Cek kesehatan secara rutin, Enyahkan asap rokok, Rajin berolahraga, Diet sehat, Istirahat cukup, dan Kelola stres) berhasil meningkatkan skor pengetahuan lansia tentang hipertensi dari 5 menjadi 11, dengan nilai  $p = 0,000$  (Anshari et al., 2022). Selanjutnya, Munir et al. (2021) di Bogor melaporkan bahwa setelah edukasi melalui seminar dan penyuluhan, tingkat pengetahuan hipertensi pada lansia meningkat dari 73,3% menjadi 86,7% ) (Laili et al., 2023). Selain itu, penelitian oleh Istiqomah et al. (2022) melalui Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) di Kabupaten Jombang menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan sebesar 14,22% setelah edukasi diberikan secara rutin dan terstruktur (Putri, 2024).

Berdasarkan kajian penelitian-penelitian tersebut, tampak bahwa edukasi kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan lansia tentang hipertensi. Namun demikian, terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian sebelumnya, antara lain: Sebagian besar penelitian belum menggunakan kelompok kontrol sebagai pembanding, sehingga efek edukasi tidak dibandingkan dengan kelompok yang tidak menerima intervensi, variasi materi dan metode edukasi yang digunakan belum distandarisasi secara seragam, sehingga hasil antar penelitian sulit dibandingkan secara langsung, evaluasi peningkatan pengetahuan lebih banyak dilakukan dalam jangka pendek, tanpa penilaian keberlanjutan atau retensi jangka panjang pasca intervensi, media edukasi yang digunakan masih terbatas pada metode konvensional seperti ceramah dan leaflet, dengan sedikit penggunaan teknologi atau media interaktif yang disesuaikan dengan karakteristik lansia.

Oleh karena itu, penelitian ini dirancang untuk mengatasi beberapa keterbatasan tersebut, dengan menerapkan edukasi yang lebih terstruktur, menggunakan materi yang distandarisasi, serta mengevaluasi efek edukasi tidak hanya dalam

jangka pendek, tetapi juga mempertimbangkan potensi keberlanjutan peningkatan pengetahuan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baru dalam upaya meningkatkan efektivitas edukasi kesehatan pada lansia penderita hipertensi.

Salah satu wilayah yang menjadi perhatian adalah wilayah iromejan Kelurahan Klitren, Kecamatan Gondokusum, Kota Yogyakarta. Data dari Puskesmas Gondokusuman 1 tahun 2023 menunjukkan bahwa dari total 286 lansia di Kelurahan Klitren yang terdata mengikuti pemeriksaan rutin, sebanyak 171 lansia (59,8%) tercatat mengalami hipertensi. Namun, hanya sekitar 35% dari jumlah tersebut yang mengaku rutin minum obat dan melakukan pemeriksaan tekanan darah secara mandiri di rumah.

Studi pendahuluan dilakukan melalui wawancara singkat dengan kader kesehatan dan pengamatan langsung di salah satu posyandu lansia yang rutin melakukan kegiatan pemeriksaan tekanan darah pada bulan maret 2025 bahwa sebagian besar lansia yang rutin hadir memiliki riwayat hipertensi. Namun pemahaman mereka terhadap penyebab, pencegahan, dan cara pengelolaan hipertensi masih tergolong rendah. Sekitar 70% lansia belum mengetahui batas tekanan darah normal dan masih menganggap hipertensi hanya terjadi jika kepala merasa pusing atau sakit. Selain itu, sebagian lansia masih sering mengonsumsi makanan tinggi garam seperti sambal, kerupuk, dan makanan instan tanpa menyadari bahwa hal tersebut dapat mematkan kondisi tekanan darah mereka. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan perbedaan antara kondisi kesehatan lansia yang mengalami hipertensi dengan tingkat pemahaman mereka terhadap penyakit tersebut. Artinya, meskipun banyak lansia menderita hipertensi, mereka belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang penyebab, gejala, cara pencegahan, dan pengelolaannya. Akibatnya, mereka cenderung tidak menyadari risiko komplikasi, tidak rutin minum obat, atau tidak menerapkan gaya hidup sehat. Kesenjangan ini bisa disebabkan oleh minimnya edukasi kesehatan, akses informasi yang terbatas, serta kurangnya keterlibatan lansia dalam program penyuluhan meskipun program edukasi telah dilakukan. Oleh karena itu peneliti ingin melakukan penelitian tentang efektivitas edukasi terhadap tingkat pengetahuan lansia penderita hipertensi.

## **1.2 Rumusan masalah**

Apakah edukasi hipertensi efektif meningkatkan pengetahuan lansia penderita hipertensi di wilayah iromejan kelurahan klitren, gondokusuman Yogyakarta?

## **1.3 Tujuan penelitian**

### 1.3.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui efektivitas edukasi hipertensi terhadap tingkat pengetahuan lansia penderita hipertensi di wilayah iromejan kelurahan klitren, gondokusuman, Yogyakarta.

### 1.3.2 Tujuan khusus:

1.3.2.1 Mengetahui karakteristik responden penelitian meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan.

1.3.2.2 Mengidentifikasi tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi.

1.3.2.3 Mengidentifikasi tingkat pengetahuan pada kelompok kontrol.

1.3.2.4 Menganalisis perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi

1.3.2.5 Menganalisis perbedaan tingkat pengetahuan setelah intervensi pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol.

## **1.4 Manfaat penelitian**

### 1.4.1 Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menambah pengetahuan, serta informasi bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian selanjutnya dan dapat menjadi bahan bacaan bagi civitas akademik STIKes Panti Rapih dalam menambah wawasan tentang efektivitas edukasi hipertensi terhadap tingkat pengetahuan lansia penderita hipertensi.

#### 1.4.2 Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi tenaga kesehatan untuk membantu meningkatkan kemandirian dan pengetahuan pasien dalam mengelola hipertensi serta mendukung tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi yang lebih efektif untuk masyarakat di Wilayah Iromejan, Kelurahan Klitren, Gondokusuman, Kota Yogyakarta.