

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan utama di dunia. Kondisi ini ditandai dengan peningkatan tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan/atau tekanan darah diastolik  $\geq 90$  mmHg yang dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit kardiovaskular, stroke, gagal ginjal, serta berbagai komplikasi serius lainnya. Menurut World Health Organization (2023), lebih dari satu miliar penduduk dunia hidup dengan hipertensi, dan penyakit ini menjadi salah satu penyebab utama kematian dini akibat penyakit kardiovaskular. Hipertensi sering disebut sebagai *silent killer* karena banyak penderita tidak menyadari kondisinya hingga muncul komplikasi.

Di Indonesia, hipertensi juga menjadi masalah kesehatan masyarakat dengan prevalensi yang cukup tinggi. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi hipertensi pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun mencapai 34,11%, yang berarti lebih dari sepertiga penduduk dewasa Indonesia mengalami hipertensi. Tingginya angka tersebut menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi tantangan besar dalam pelayanan kesehatan dan memerlukan upaya pengendalian berkelanjutan melalui pendekatan promotif dan preventif.

Pada tingkat regional, Provinsi DKI Jakarta termasuk wilayah dengan angka kejadian hipertensi yang cukup tinggi. Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa sekitar 12,6% penduduk DKI Jakarta berusia  $\geq 15$  tahun telah terdiagnosis hipertensi. Tingginya jumlah penderita hipertensi di wilayah ini berkaitan dengan kepadatan penduduk serta pola hidup masyarakat perkotaan yang cenderung kurang sehat. Selain itu, data survei kesehatan di Jakarta Utara menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Penjaringan mencapai sekitar 2,0% dari total kunjungan pasien. Kondisi masyarakat urban dengan faktor risiko hipertensi yang tinggi tersebut memerlukan perhatian khusus melalui upaya pengendalian dan pencegahan hipertensi, terutama melalui edukasi kesehatan yang efektif.

Pengelolaan hipertensi tidak hanya berfokus pada terapi farmakologis, tetapi juga memerlukan intervensi nonfarmakologis yang dilakukan secara berkelanjutan. Salah satu upaya nonfarmakologis yang terbukti efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah adalah penerapan diet DASH secara konsisten. Keberhasilan pelaksanaan diet DASH sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan pasien. Kurangnya pemahaman mengenai prinsip diet DASH, jenis makanan yang dianjurkan, serta pengaturan porsi konsumsi yang tepat dapat menyebabkan pasien tidak mampu menerapkan pola makan tersebut secara optimal. Oleh karena itu, edukasi kesehatan menjadi salah satu peran penting perawat dalam meningkatkan pengetahuan pasien hipertensi agar mampu mengelola penyakitnya secara mandiri dan berkesinambungan.

Salah satu metode edukasi yang dinilai efektif untuk meningkatkan pengetahuan pasien adalah penggunaan media audiovisual. Media audiovisual dapat menyampaikan informasi secara lebih menarik karena menggabungkan unsur suara dan gambar bergerak, sehingga mampu meningkatkan perhatian, pemahaman, serta daya ingat pasien terhadap materi yang disampaikan. Penelitian menunjukkan bahwa edukasi diet DASH berbasis audiovisual dapat meningkatkan tingkat pengetahuan pasien hipertensi secara signifikan setelah pemberian edukasi dibandingkan dengan sebelum edukasi dilakukan (Kafi et al., 2023).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Istiwa Ahlul Kafi dkk. (2023) menunjukkan bahwa sebelum pemberian edukasi tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat pengetahuan antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Namun, setelah diberikan edukasi diet DASH berbasis audiovisual, terjadi peningkatan pengetahuan yang bermakna pada kelompok intervensi ( $p = 0,000$ ). Temuan ini menunjukkan bahwa masih terdapat keterbatasan pengetahuan pasien hipertensi mengenai diet DASH sebelum diberikan edukasi yang tepat.

Sejalan dengan hasil tersebut, penelitian Andini Rahmah Sani dan Lina Agestika (2022) juga menunjukkan bahwa edukasi diet DASH menggunakan media audiovisual efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap penderita hipertensi, serta mampu mempertahankan peningkatan tersebut hingga dua minggu

setelah intervensi ( $p = 0,025$ ). Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa metode edukasi konvensional belum sepenuhnya optimal dalam meningkatkan pemahaman pasien, sehingga diperlukan metode edukasi yang lebih menarik, interaktif, dan mudah dipahami. Media audiovisual dinilai mampu meningkatkan perhatian dan pemahaman pasien karena melibatkan stimulasi visual dan auditori secara bersamaan. Oleh karena itu, edukasi diet DASH berbasis audiovisual dapat menjadi strategi yang relevan dan didukung oleh bukti ilmiah untuk meningkatkan pengetahuan pasien hipertensi sebagai dasar perubahan perilaku dalam pengendalian tekanan darah.

Berdasarkan uraian tersebut, penerapan edukasi diet DASH berbasis audiovisual merupakan intervensi keperawatan yang penting dan relevan, khususnya bagi pasien hipertensi di wilayah perkotaan seperti Jakarta Utara. Peningkatan pengetahuan pasien melalui edukasi yang efektif diharapkan dapat mendukung penerapan diet DASH secara optimal, membantu mengontrol tekanan darah, serta mencegah terjadinya komplikasi hipertensi.

## **1.2 Rumusan masalah**

Apakah penerapan edukasi diet DASH menggunakan media audiovisual berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan pasien hipertensi di Rawat Jalan Poli Penyakit Dalam Tzu Chi Hospital?

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Mengetahui pengaruh edukasi diet DASH menggunakan media audiovisual terhadap tingkat pengetahuan pasien hipertensi di Ruang Rawat Jalan Poli Penyakit Dalam Tzu Chi Hospital.

### **1.3.2 Tujuan khusus**

#### **1.3.2.1 Mengidentifikasi karakteristik pasien hipertensi yang diberikan edukasi kesehatan berbasis audiovisual serta faktor pendukung dan penghambat penerapan *Evidence Based Nursing* (EBN) di Ruang Rawat Jalan Poli Penyakit Dalam Tzu Chi Hospital.**

#### **1.3.2.2 Mengidentifikasi tingkat pengetahuan pasien hipertensi di Ruang Rawat Jalan Poli Penyakit Dalam Tzu Chi Hospital sebelum diberikan edukasi diet DASH.**

1.3.2.3 Mengidentifikasi tingkat pengetahuan pasien hipertensi di Ruang Rawat Jalan Poli Penyakit Dalam Tzu Chi Hospital setelah diberikan edukasi diet DASH.

1.3.2.4 Menganalisis perbedaan tingkat pengetahuan pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan edukasi berbasis audiovisual.

#### **1.4 Manfaat**

##### **1.4.1 Manfaat teoritis**

Hasil penerapan ini diharapkan dapat menambah kajian informasi terkait pengaruh edukasi diet DASH menggunakan media audiovisual terhadap tingkat pengetahuan pasien hipertensi

##### **1.4.2 Manfaat praktis**

###### **1.4.2.1 Bagi pasien**

Penerapan ini dapat meningkatkan pengetahuan pasien hipertensi terkait diet DASH sehingga dapat diterapkan di kehidupan sehari-hari.

###### **1.4.2.2 Bagi perawat**

Sebagai sumber informasi terkait dengan hasil penerapan intervensi keperawatan berupa edukasi kesehatan berbasis Audiovisual terhadap Tingkat pengetahuan pasien hipertensi.

###### **1.4.2.3 Bagi institusi pelayanan kesehatan**

Sebagai bahan pertimbangan dalam pengembangan program media edukasi dan program edukasi gizi bagi pasien hipertensi.

###### **1.4.2.4 Bagi institusi pendidikan**

Menambah referensi dan wawasan mengenai penerapan edukasi kesehatan berbasis audiovisual terhadap tingkat pengetahuan pasien hipertensi ,