

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi adalah tekanan darah yang lebih tinggi dari normal, dengan sistolik 140 mmHg dan diastolik 90 mmHg (Huether & McCance, 2019). Hipertensi merupakan penyebab kematian utama di seluruh dunia dan diperkirakan jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat seiring bertambahnya jumlah penduduk (Sumartini *et al* , 2019). Hipertensi juga dikenal sebagai *silent killer* karena sering tidak memiliki tanda dan gejala yang jelas namun dapat timbul komplikasi dan berujung pada kematian. Oleh karena itu, hipertensi merupakan masalah kesehatan yang dihadapi negara di dunia (Ginting *et al* , 2024).

Menurut laporan global WHO 2023, jumlah orang dewasa dengan hipertensi di dunia mengalami peningkatan selama 30 tahun di beberapa wilayah, seperti Eropa/Amerika dan Asia Tenggara/Pasifik Barat. Diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi. Sebagian besar (dua pertiga) penderita hipertensi tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Diperkirakan 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut (WHO, 2023).

Hasil Survey Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan Indonesia mengalami penurunan prevalensi hipertensi jika dibandingkan dengan hasil Riskesdas 2018 tetapi belum signifikan, pada penduduk berusia 18 tahun, prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah menurun dari 34,1% di tahun 2018 menjadi 30,8% di tahun 2023. Dari prevalensi hipertensi sebesar 30,8% diketahui bahwa sebesar 5,9% terdiagnosis dokter dan 26% hasil pengukuran tekanan darah. Urutan tiga provinsi dengan prevalensi hipertensi tertinggi berdasarkan pengukuran tekanan darah pada tahun 2023 adalah Provinsi Kalimantan Tengah 40,7%, Provinsi Kalimantan Selatan 35,8%, dan

Provinsi Jawa Barat 34,4%. Sementara itu, prevalensi yang terendah teridentifikasi di Provinsi Aceh 22,6%, Provinsi Papua 22,6%, Provinsi Maluku Utara 22% dan Kalimantan Barat urutan kesembilan 30,9% (SKI, 2023)

Berdasarkan Data dari Dinas Kesehatan Kota Pontianak pada tahun 2022 kasus penyakit hipertensi di Kota Pontianak yaitu sebanyak 165.559 kasus, sedangkan pada tahun 2023 kasus penyakit hipertensi di kota Pontianak sebanyak 172.819 kasus. Dari data diatas maka dijelaskan ada tiga puskesmas memiliki angka tertinggi. Tiga puskesmas di Kota Pontianak yaitu peringkat pertama adalah Puskesmas Perumnas II pada tahun 2022 yaitu sebanyak 14.525 jiwa dan pada tahun 2023 sebanyak 15.162 jiwa yang artinya mengalami peningkatan, kemudian peringkat kedua adalah Puskesmas Gang Sehat pada tahun 2022 sebanyak 13.461 jiwa, dan pada tahun 2023 sebanyak 14.051 yang artinya mengalami peningkatan. Sedangkan peringkat ketiga adalah Puskesmas Pal III pada tahun 2022 sebanyak 10.458 jiwa dan pada tahun 2023 sebanyak 10.916 jiwa yang artinya mengalami peningkatan (Dinas Kesehatan Kota Pontianak, 2023).

Hipertensi sering tidak menimbulkan gejala pada fase awalnya, tetapi hipertensi akan mengganggu fungsi jantung bahkan penderita akan mengalami stroke (Nurpratiwi & Novari, 2021). Faktor risiko hipertensi yang disebabkan oleh pola hidup tidak sehat antara lain merokok, kecenderungan genetik, asupan alkohol, usia, asupan garam berlebihan, kolesterol, obesitas, pola pikir/stress, dan jarang berolahraga (Ramadhani *et al*, 2023). Berbagai tanda dan gejala, termasuk sakit kepala, nyeri dada, dan pusing, sementara beberapa pasien tidak mengalami tanda atau gejala sama sekali. (Yusuf & Boy, 2023). Jika hipertensi tidak di tangani maka akan berakibat buruk pada penderita hipertensi itu sendiri, komplikasi-komplikasi dari hipertensi itu sendiri dapat menyebabkan stroke, infark miokardium, gagal ginjal dan ensefalopati (Nurpratiwi & Novari, 2021). Dan bisa menyebabkan kematian, maka dari itu perlu pada pasien dengan hipertensi untuk melakukan perawatan diri atau *self-care management* yang baik.

Self-management atau pengelolaan perawatan diri merupakan kegiatan seseorang dalam mengendalikan gejala, melakukan perawatan fisik dan psikologi ataupun menyesuaikan gaya hidup dengan penyakit yang dialami agar bisa menjaga kesehatan dan kesejahteraan (Yulita Meo *et al.*, 2023). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Fauziah & Syahputra (2021) yang menyatakan hasil bahwa efikasi diri pada pasien hipertensi penting untuk ditingkatkan karena berdampak secara positif terhadap *self care-management* penderitanya. *Self care-management* yang baik akan berimplikasi positif terhadap resiko komplikasi dan menurunkan biaya perawatan secara signifikan.

Menurut Kemenkes (2023) perilaku hidup sehat terdiri dari pola makan yang sehat (diet gizi seimbang, asupan mengkonsumsi garam, berat badan ideal), aktivitas fisik dan olah raga, tidak merokok dan konsumsi tembakau, tidak konsumsi alkohol, istirahat cukup, kelola stres. Upaya pengelolaan atau pengendalian untuk pasien hipertensi peneliti akan menggunakan model SEHAT, adapun kepanjangan dari SEHAT yaitu S: *stress management* (mengelola stres). Hormon epinefrin dan kortisol yang dilepaskan saat stres menyebabkan peningkatan tekanan darah dengan menyempitnya pembuluh darah dan meningkatkan denyut jantung (Whelton *et al.*, 2018). E: enyahkan asap rokok. Merokok secara berlebihan merupakan faktor risiko terjadi hipertensi. Pada dosis tertentu nikotin dan kokain dapat meningkatkan tekanan darah secara langsung dan kebiasaan ini dapat meningkatkan kejadian hipertensi dari waktu ke waktu (Sarfika & Saifudin, 2024). H: hindari mengkonsumsi alkohol. Konsumsi alkohol yang berlebihan dapat meningkatkan tekanan darah dengan fisiologi terjadinya peningkatan aktivitas sistem saraf simpatik (Roerecke *et al.*, 2017). A: aktivitas fisik secara teratur dan menjaga berat badan ideal. Olahraga secara teratur merupakan salah satu cara untuk menjaga tekanan darah berada dalam kadar normal. Para ahli merekomendasikan minimal 30 menit aktifitas fisik berskala menengah. Kegiatan fisik penting untuk mengendalikan tekanan darah tinggi sebab membuat jantung lebih kuat (Sulistiawati *et al.*, 2023) dan menghindari kegemukan (obesitas) dengan menjaga berat badan normal atau tidak

berlebihan. Membatasi konsumsi lemak dilakukan agar kadar kolesterol darah tidak terlalu tinggi, kadar kolesterol darah yang tinggi dapat mengakibatkan terjadinya endapan kolesterol dalam dinding pembuluh darah, lama kelamaan jika endapan kolesterol bertambah akan menyumbat pembuluh nadi dan mengganggu peredaran darah (Gunawan, 2020). T: tidak mengkonsumsi makanan tinggi garam dan lemak. Untuk mengendalikan hipertensi kita harus membatasi asupan natrium, mengurangi makanan berlemak, makan lebih banyak bijian, sayuran dan produk susu rendah lemak dengan begitu akan meningkatkan kesehatan kita secara menyeluruh dan memberikan manfaat khusus bagi penderita tekanan darah tinggi (Sulistiawati *et al.*, 2023).

Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, merupakan salah satu masalah kesehatan yang kerap diabaikan namun memiliki risiko komplikasi serius. Agar masyarakat lebih sadar akan bahaya hipertensi, perlu adanya upaya deteksi dini dan penyuluhan kesehatan yang efektif (Kementrian Kesehatan RI, 2022). Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan penting dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang hipertensi dan cara pencegahannya. Melalui penyuluhan masyarakat dapat lebih mengetahui faktor risiko, gejala, dan langkah-langkah pencegahan yang perlu diambil. Media yang digunakan dalam penyuluhan kesehatan harus sesuai dengan usia dan minat peserta, seperti power point, flip chart, media audio visual (video) dan media lainnya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fatma *et al* (2024) menunjukkan bahwa terdapat peningkatan signifikan dalam pengetahuan tentang hipertensi di kalangan keluarga binaan di Desa Uteunkot setelah intervensi menggunakan media audio visual. Sebelum intervensi, mayoritas responden memiliki pengetahuan yang cukup, dengan hanya 9,8% berada dalam kategori baik. Namun, setelah intervensi, 94,1% responden menunjukkan pengetahuan yang baik, berdasarkan hasil posttest. Uji Wilcoxon menunjukkan nilai $p = 0,000$, yang mengindikasikan adanya pengaruh positif dari penggunaan media audio visual terhadap peningkatan pengetahuan tentang hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Gunawan (2023) menunjukkan bahwa terdapat peningkatan signifikan dalam pengetahuan masyarakat mengenai hipertensi setelah dilakukan promosi kesehatan menggunakan media video. Sebelum intervensi, rerata skor pengetahuan responden adalah 6,0732 yang meningkat menjadi 7,4390 setelah promosi. Pengujian statistik menggunakan uji Wilcoxon menghasilkan p value sebesar 0,000, yang menunjukkan bahwa perubahan ini signifikan secara statistik. Hal ini menunjukkan bahwa media video efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang hipertensi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di UPT Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak pada bulan Mei, Juni, dan Juli jumlah pasien hipertensi sebanyak 1.421 jiwa. Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 28 september 2024 yang dilakukan peneliti kepada 5 pasien, peneliti menanyakan ke pasien bagaimana cara pengelolaan yang dilakukan pada hipertensi, mereka menyatakan bahwa tidak tahu untuk cara pengelolaan yang harus dilakukan. 2 dari 5 pasien pernah mendengar cara pengelolaan setelah peneliti menjelaskan secara singkat tentang cara pengelolaan hipertensi.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti akan melakukan penelitian tentang “Pengaruh Promosi Kesehatan Menggunakan Media Audio Visual Dengan Model SEHAT Terhadap Tingkat Pengetahuan *Self-Management* pada Pasien Hipertensi di UPT Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan dalam latar belakang peneliti, maka dapat dirumuskan masalah pada penelitian ini yaitu ”Bagaimanakah Pengaruh Promosi Kesehatan Menggunakan Media Audio Visual Dengan Model SEHAT Terhadap Tingkat Pengetahuan *Self-Management* pada Pasien Hipertensi di UPT Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui “Pengaruh Promosi Kesehatan Menggunakan Media Audio Visual Dengan Model SEHAT Terhadap Tingkat Pengetahuan *Self-Management* pada Pasien Hipertensi di UPT Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak”.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden (jenis kelamin, usia, pendidikan, pekerjaan) di UPT Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak.
- b. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan responden sebelum promosi kesehatan dengan menggunakan media audio visual dengan model SEHAT terhadap tingkat pengetahuan *self-management* pada pasien hipertensi di UPT Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak.
- c. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan responden sesudah promosi kesehatan dengan menggunakan media audio visual dengan model SEHAT terhadap tingkat pengetahuan *self-management* pada pasien hipertensi di UPT Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak.
- d. Menganalisis pengaruh promosi kesehatan menggunakan media audio visual dengan model SEHAT terhadap tingkat pengetahuan *self-management* pada pasien hipertensi di UPT Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan bacaan bagi institusi STIKes YARSI Pontianak. Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan dan referensi kepustakaan tentang Pengaruh Promosi Kesehatan Menggunakan Media Audio Visual Dengan Model SEHAT Terhadap Tingkat Pengetahuan *Self-Management* pada Pasien Hipertensi di UPT Puskesmas Perumnas II Kota Pontianak.

2. Bagi Masyarakat

Dapat mengetahui bagaimana cara pengelolaan hipertensi dengan model SEHAT agar tahu pengelolaan hipertensi.

3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan mengenai cara pengelolaan hipertensi dengan model SEHAT.

4. Bagi Puskesmas

Sebagai masukan dan informasi bagi tenaga kesehatan puskesmas tentang penting penyuluhan kesehatan agar masyarakat mengetahui tentang cara pengelolaan hipertensi dengan model SEHAT.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No.	Judul	Penulis & Tahun	Metodologi	Hasil	Perbedaan
1.	Pengaruh Media Audio Visual terhadap Tingkat PengetahuanH ipertensi pada Keluarga Binaan di Desa Uteunkot KecamatanMura Dua Kota Lhokseume	Fatma <i>et al</i> (2024)	Jenis penelitian berupa penelitian quasi eksperimen dengan rancangan <i>one group pre test danpost test design</i> .	Hasil dari penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tentang hipertensi setelah dilakukannya. Berdasarkan uji Wilcoxon, penggunaan media audiovisual memiliki pengaruh terhadap pengetahuan hipertensi	Beda tempat penelitian, kriteria responden hasil penelitian, cara pengambilan sampel
2.	Pengaruh Promosi Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Pengetahuan Hipertensi Pada Masyarakat Di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu	Gunawan (2023)	Jenis penelitian menggunakan metode pre ekperimen dengan rancangan <i>one grup pre test- post test</i>	Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa ada pengaruh promosi kesehatan dengan media video terhadap pengetahuan hipertensi pada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu.	Beda tempat penelitian, kriteria responden hasil penelitian, cara pengambilan sampel, metode penelitian

				Disarankan bagi tempat penelitian dapat memberikan promosi kesehatan hipertensi menggunakan media video agar pengetahuan masyarakat meningkat sehingga dapat mencegah terjadinya penyakit hipertensi.	
3.	Pengaruh Edukasi Melalui Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Pasien Hipertensi Di Puskesmas Sambirejo	Novrianti <i>et al.</i> , (2022)	Desain penelitian menggunakan rancangan <i>one group pre test and post test</i>	Hasil dari penelitian ini menunjukkan ada pengaruh signifikan antara tingkat pengetahuan pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui media audiovisual di Puskesmas Sambirejo dengan nilai signifikan pada hasil menunjukkan $p < 0,05$	Beda tempat penelitian, kriteria responden hasil penelitian dan cara pengambilan sampel