

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penurunan fungsi normal tubuh menjadi hal yang tidak dapat dihindari Ketika memasuki usia lanjut sehingga membuat lansia lebih berisiko terhadap masalah kesehatan, baik secara biologis maupun psikologis. Masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia diantaranya adalah hipertensi (Ariani, 2020). Banyak persepsi yang salah dari masyarakat mengenai penyakit hipertensi mulai dari penyakit hipertensi tidak perlu penanganan yang serius, penyakit yang mudah sembuh, tidak perlu mengatur diet dan semakin tua semakin tinggi batas tekanan darah normalnya, padahal salah satu penatalaksanaan yang harus dilakukan adalah dengan merencanakan pola diet bagi penderita hipertensi. Namun seringkali penderita terutama pada lansia tidak mematuhi pola diet yang telah di terapkan oleh petugas kesehatan (Herawati, et al. 2022). Kepatuhan diet lansia yang mengalami hipertensi dapat ditingkatkan melalui edukasi kesehatan yang bertujuan untuk mendukung pemeliharaan dan peningkatan kesejahteraan secara keseluruhan, dan mengarah pada peningkatan kemandirian hidup sehat pada penderita hipertensi (Purnamasari, 2022)

Menurut American Heart Association (AHA), masyarakat Amerika yang berusia diatas 20 tahun menderita hipertensi mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa, Namun hampir sekitar 95% kasus tidak diketahui penyebabnya (WHO, 2023). Angka kejadian hipertensi di Indonesia mencapai 36%. Dari Riset Kesehatan Dasar Indonesia, prevalensi kejadian hipertensi sebesar

34.1% (Kemenkes RI, 2023). Berdasarkan data dari SIRS (Sistem Informasi Rumah Sakit) tahun 2023, kasus hipertensi merupakan kasus penyakit tidak menular terbanyak di Jawa Timur yaitu sebanyak 195.225 kasus. Prevalensi penyakit hipertensi mencapai 26,2% dengan usia penderita hipertensi tertinggi terdapat pada kelompok lansia, salah satu kabupaten di Jawa Timur yang memiliki jumlah penderita hipertensi yang tinggi yaitu kabupaten Mojokerto dengan angka prevalensi 18,34% pada tahun 2023 (Dinkes Prov Jatim , 2023).

Menurut Siswanto (2024) menjelaskan bahwa sebanyak 26,2% masyarakat Indonesia yang mengonsumsi garam berlebih, konsumsi makanan yang mengandung garam tinggi cenderung membuat orang mengonsumsi makanan yang lebih banyak. Berdasarkan data Survei Diet Total, rerata konsumsi garam masyarakat Indonesia usia >18 tahun adalah 6,8 gram dan natrium sebanyak 2700 mg, jumlah ini tidak sesuai dengan jumlah yang dianjurkan WHO yaitu untuk membatasi konsumsi sodium 2.400 mg atau sekitar 1 sendok teh garam per hari (Siswanto, 2014). Oktoviani (2019) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa dari 206 lansia yang tidak mengikuti pengelolaan diet, terdapat 54,1% di antaranya mengalami tekanan darah tinggi, dengan persentase mencapai 57,3%. Lansia dengan pengelolaan diet yang tidak optimal memiliki risiko ketidakstabilan tekanan darah yang 4,9 kali lebih tinggi dibandingkan dengan lansia yang menerapkan pengelolaan diet yang baik.

Jumlah lansia yang mengalami Hipertensi di Desa Katemas Kecamatan Kudu Kabupaten Jombang sebanyak 86 lansia yang mengalami hipertensi pada tahun 2024. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan

terhadap 10 lansia didapatkan data 6 lansia (60%) menyatakan mereka masih sering mengonsumsi makanan yang asin-asin atau bersantan, dan 4 lansia (40%) menyatakan sudah berusaha untuk menghindari makanan yang banyak mengandung garam dan juga berkuah atau bersantan, serta mengingatkan kepada keluarga di rumah untuk tidak menyajikan makanan seperti itu.

Hipertensi dapat dikelola secara efektif melalui kombinasi intervensi farmakologis dan non-farmakologis. Penatalaksanaan farmakologis biasanya melibatkan penggunaan obat antihipertensi. Pendekatan non farmakologi dengan cara pengendalian pola makan (diet), pengurangan asupan garam, peningkatan konsumsi kalium dan magnesium, serta aktivitas fisik yang teratur. Untuk memfasilitasi kepatuhan terhadap manajemen diet pada individu dengan hipertensi, sangat penting untuk menerapkan strategi perubahan perilaku. Salah satu pendekatan yang efektif adalah melalui edukasi yang dirancang untuk mendukung pemeliharaan dan peningkatan kesejahteraan secara keseluruhan, yang mengarah pada peningkatan kemandirian dan hidup sehat. Selain itu, edukasi kesehatan berfungsi untuk mendorong pemanfaatan sumber daya dan fasilitas kesehatan secara bertanggung jawab (Purnamasari, 2022). Menurut penelitian Mariana et al., (2022), kepatuhan diet hipertensi dan pengontrolan tekanan darah dapat dilakukan dengan edukasi. Mujito (2022) menjelaskan bahwa edukasi suportif berbeda dengan edukasi kesehatan pada umumnya karena bukan hanya aspek kognitif pasien yang ditingkatkan namun juga berfokus pada pemberian dukungan, bimbingan, dan pengajaran bagi pasien. Edukasi ini bertujuan membantu individu melakukan tindakan perawatan diri, melalui tahap

teaching, guiding, supporting, dan developmental environment. Astutik (2021) menjelaskan bahwa hipertensi yang tidak ditangani dengan baik, dapat menyebabkan komplikasi seperti gagal jantung, stroke, aneurisma, masalah mata dan ginjal, serta sindrom metabolik, yang dapat menyebabkan kematian.

Upaya untuk mengatasi penyakit hipertensi pemerintah menetapkan program yang disebut “CERDIK” yang mengajak masyarakat untuk menjaga kebiasaan hidup sehat. “CERDIK” adalah slogan kesehatan yang setiap hurufnya memiliki arti yaitu: Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diit sehat dengan kalori seimbang, Istirahat yang cukup, Kelola stress. Dengan menerapkan perilaku “CERDIK” dapat mengurangi faktor resiko dan deteksi dini PTM (Saraswati & Novianti, 2020). Berdasarkan penjelasan pada latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk emngulas permasalahan tersebut dalam karya ilmiah dengan judul “Efektifitas Edukasi Suportif Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Desa Katemas Kecamatan Kudu Kabupaten Jombang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan pada latar belakang diatas maka peneliti dapat merumuskan permasalahan sebagai berikut : bagaimana efektifitas Edukasi Suportif Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Desa Katemas Kecamatan Kudu Kabupaten Jombang?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektifitas edukasi suportif terhadap kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi di Desa Katemas Kecamatan Kudu Kabupaten Jombang

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi sebelum diberikan edukasi suportif di Desa Katemas Kecamatan Kudu Kabupaten Jombang
- b. Mengidentifikasi kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi sesudah diberikan edukasi suportif di Desa Katemas Kecamatan Kudu Kabupaten Jombang
- c. Menganalisis efektifitas edukasi suportif terhadap kepatuhan diet pada lansia dengan hipertensi di Desa Katemas Kecamatan Kudu Kabupaten Jombang

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Sebagai bahan masukan bagi peneliti lebih Pengaruh Pendidikan Kesehatan pada lansia menggunakan media audiovisual terhadap perilaku pencegahan kekambuhan hipertensi yang mengarah pada subvariable yang lain dalam mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi Kesehatan

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian sebagai tambahan informasi bagi petugas kesehatan di Puskesmas dalam penerapan kebijakan program pencegahan penyakit tidak menular salah satunya program hipertensi dengan memberikan edukasi suportif

b. Bagi Lansia

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran bagi lansia dengan hipertensi tentang pentingnya menjaga diet sehingga tidak menimbulkan komplikasi dari penyakit hipertensi yang dideritanya

c. Peneliti Berikutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai dasar bagi penelitian selanjutnya untuk meneliti tentang faktor lain yang dapat mempengaruhi kepatuhan lansia dengan hipertensi dalam menjaga pola makan atau perawatan kesehatan di rumah.