

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular pada individu yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg. Hipertensi dikenal dengan penyakit “*silent killer*” karena hipertensi dapat merusak atau membunuh organ-organ secara progresif dan prematur. Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang masih menjadi masalah besar diseluruh dunia karena prevalensinya yang masih tinggi dan terus meningkat (Kalyoncu, 2012). *World Health Organization* (WHO) tahun 2013, menyatakan bahwa prevalensi hipertensi diseluruh dunia pada orang dewasa mencapai 29,2%.

Hipertensi merupakan satu dari sepuluh penyakit yang menyebabkan mortalitas di Asia. Prevalensi hipertensi tidak hanya terjadi di negara maju tetapi juga di negara berkembang salah satunya Indonesia (Santoso, 2014). Berdasarkan hasil dari Riskesdas tahun 2013, angka prevalensi hipertensi Indonesia sebesar 25,8 %. Kasus tertinggi di Jawa Tengah sebanyak 1.212.167 kasus yang dilaporkan sebesar 66,51% (806.208) adalah penyakit jantung dan hipertensi. Peningkatan hipertensi sendiri disebabkan rendahnya kesadaran masyarakat untuk memeriksakan diri tanpa harus menunggu adanya gejala yang muncul, pola makan yang tidak sehat dan kurangnya olahraga juga dapat memicu peningkatan tekanan darah (Dinkes Jateng, 2013).

Berdasarkan data dari dinas kesehatan kota Pekanbaru menyatakan bahwa kunjungan pasien terbanyak ada di Puskesmas Rejosari yang dimana didapatkan data berjumlah 32.145 kunjungan. Sedangkan data yang tercatat di Puskesmas Rejosari ada 232 Penderita Hipertensi. Peneliti

mengambil sampel di Wilayah Puskesmas Rejosari Kecamatan Tenayan Raya.

Hipertensi yang tidak ditangani dengan baik, mempunyai resiko tinggi untuk terjadi komplikasi, antara lain stroke, edema paru, serangan jantung, dan gagal ginjal. Apabila komplikasi tersebut terus berlanjut, dapat menyebabkan kematian. Untuk mencegah terjadinya komplikasi maka pasien harus meningkatkan pengetahuan (Soeryoko, 2010). Berdasarkan penelitian Yusuf (2013) di wilayah kerja Puskesmas Dulalowo Kota Gorontalo menunjukkan bahwa sebanyak 60,4% penderita hipertensi memiliki perilaku yang kurang baik. Perilaku yang kurang baik dipengaruhi oleh pendidikan, status ekonomi dan pengetahuan. Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan klien maka diperlukan pendidikan kesehatan.

Hal ini sesuai dengan teori Pender yang mempromosikan gaya hidup sehat melalui *Health Promotion Model (HPM)* atau Model Promosi Kesehatan (MPK). Pendidikan kesehatan merupakan upaya yang dilakukan agar perilaku individu, kelompok atau masyarakat mempunyai pengaruh yang positif terhadap pemeliharaan dan peningkatan kesehatan (Parson, 2011). Penelitian Umah (2012) di Gresik, pendidikan kesehatan dapat meningkatkan kepatuhan diet dan mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi. Selain itu, pendidikan kesehatan juga mempengaruhi kepatuhan dalam diet hipertensi. Untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan kepatuhan klien dibutuhkan promosi kesehatan.

Promosi kesehatan dapat dilakukan secara langsung dan tidak langsung. Promosi kesehatan secara langsung yaitu melalui ceramah, diskusi dan demonstrasi. Sedangkan secara tidak langsung yaitu melalui internet atau web. Internet atau web pada era informasi memegang peranan penting dalam segala aspek kehidupan manusia. Untuk memenuhi kebutuhan informasi guna menunjang kebutuhan studi yang ditempuh maupun menunjang aktivitas (Firmawati, 2012). Internet banyak digunakan karena menawarkan berbagai kemudahan untuk dapat

mengakses sebagai literatur dan referensi ilmu pengetahuan yang sesuai kebutuhan (Novianto, 2013).

Menurut teori Locsin (2007), bahwa pemanfaatan teknologi dapat meningkatkan asuhan keperawatan. Berdasarkan penelitian Thiboutot (2011), menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan dengan menggunakan media tidak langsung dapat menurunkan tekanan darah dan mengontrol diet pasien. Dikarenakan media merupakan tempat untuk memperoleh informasi secara tepat serta didalamnya terdapat cara dan strategi untuk mendapatkan informasi sekaligus tata cara kepatuhan dalam diet hipertensi.

Diet hipertensi adalah diet bagi penderita hipertensi yang ditujukan untuk membantu menurunkan tekanan darah dan mempertahankan tekanan darah menuju normal. Selain itu diet hipertensi juga ditujukan untuk menurunkan faktor risiko hipertensi lainnya seperti berat badan yang berlebih, tingginya kadar lemak (kolesterol), dan asam urat dalam darah. Diet hipertensi yang direkomendasikan oleh DASH (*Dietary Approach to Stop Hypertension*) adalah diet rendah garam, diet rendah kolestrol dan lemak jenuh, diet rendah kalori, makanan yang mengandung serat dan tinggi kalium, berat badan jika normal, tidak merokok, tidak minum alkohol, dan melakukan aktifitas fisik (National Heart, 2011).

Menurut penelitian Firmawati (2012), berdasarkan hasil analisa data menunjukkan bahwa perilaku diet hipertensi mengalami peningkatan setelah diberikan blog edukatif tentang hipertensi dengan nilai $p=0,00$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa pemberian blog edukatif tentang hipertensi berpengaruh terhadap peningkatan perilaku diet hipertensi. Mohammad (2013), menambahkan bahwa penggunaan media internet tertinggi adalah untuk jejaring sosial, yaitu mencapai 79,72 persen, tertinggi di Asia. Berdasarkan penelitian diatas maka pendekatan edukasi dengan promosi kesehatan merupakan salah satu cara terbaik untuk memberikan informasi dan membantu masyarakat mengembangkan kemampuan membuat keputusan dan memberikan pencitraan pada

masyarakat untuk menggali dan mengembangkan pengetahuan dan sikap yang semestinya (Widyasari, 2010).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, dari 10 klien hipertensi menunjukkan bahwa 5 orang klien mengatakan bahwa mereka mengetahui mengenai diet hipertensi tetapi mereka malas untuk menjalankannya dikarenakan suka makanan yang mengandung banyak garam seperti ikan asin, 2 orang klien lainnya mengatakan bahwa tidak nikmat kalau harus makan dengan garam yang sedikit, karena tidak ada rasanya, dan 3 orang klien lainnya mengatakan bahwa mereka menjalankan diet yang seharusnya karena mereka termotivasi ingin lekas sembuh. Dari 10 orang tersebut sudah pernah mendapatkan edukasi atau penyuluhan dari tenaga kesehatan dan belum pernah, mendapatkan informasi melalui media sosial.

Dari 10 klien tersebut, 7 klien mempunyai media sosial. Sehingga peneliti dapat melakukan atau memberikan promosi kesehatannya melalui media sosial tersebut untuk melihat apakah promosi kesehatan yang diberikan berpengaruh terhadap kepatuhan diet yang dijalani.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk membuat penelitian dengan judul “Pengaruh Promosi Kesehatan Melalui Media Sosial Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Masyarakat Di Wilayah Puskesmas Rejosari Pekanbaru”.

B. Rumusan Masalah

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi dimana tekanan darah pada dinding arteri meningkat yang dikenal sebagai pembunuh diam-diam. Hal ini disebabkan oleh salah satu nya yaitu faktor makanan. Untuk meningkatkan kepatuhan diet hipertensi diberikan edukasi yaitu dengan promosi kesehatan melalui media sosial. Dikarenakan media sosial merupakan tempat untuk memperoleh informasi secara tepat serta didalamnya terdapat cara dan strategi untuk mendapatkan informasi sekaligus tata cara kepatuhan dalam diet

hipertensi. Maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Adakah Pengaruh Promosi Kesehatan Melalui Media Sosial Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Masyarakat Di Wilayah Puskesmas Rejosari Pekanbaru?”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh promosi kesehatan melalui media sosial terhadap kepatuhan diet hipertensi pada masyarakat di wilayah Puskesmas Rejosari Pekanbaru.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui kepatuhan diet hipertensi pada masyarakat sebelum diberikan promosi kesehatan melalui media sosial
- b. Mengetahui kepatuhan diet hipertensi pada masyarakat sesudah diberikan promosi kesehatan melalui media sosial
- c. Mengetahui adanya pengaruh promosi kesehatan melalui media sosial terhadap kepatuhan diet hipertensi pada masyarakat

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

1. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan tentang pentingnya kepatuhan diet hipertensi dalam perawatan diet yang tepat dan sebagai bahan masukan untuk penelitian selanjutnya

2. Bagi Tempat Penelitian

Sebagai masukan bagi masyarakat bahwa sangat penting untuk meningkatkan tentang diet hipertensi dan merupakan dasar untuk melaksanakan diet hipertensi secara baik dan benar.

3. Bagi Institusi STIKes Payung Negeri

Sebagai referensi pendidikan STIKes Payung Negeri Pekanbaru khususnya program Ilmu Keperawatan dan sebagai bahan pengajar.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan bacaan dan sebagai bahan masukan untuk penelitian selanjutnya tentang pengaruh promosi kesehatan melalui media sosial terhadap kepatuhan diet pada hipertensi.