

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Salah satu penyakit tidak menular yang saat ini menjadi suatu prioritas oleh dunia kesehatan secara global atau dunia adalah penyakit hipertensi. Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan suatu keadaan ketika tekanan pada pembuluh darah meningkat secara terus menerus dan berlangsung lama (Garwahasada & Wirjatmadi, 2020). Hipertensi ditandai dengan sistolik di atas 140 mmHg dan diastolik diatas 80 mmHg (AHA, 2017). Selain sebagai salah satu jenis penyakit tidak menular, hipertensi juga menjadi faktor risiko utama penyakit kardiovaskuler lainnya (Ansar & Dwinata, 2019). Salah satu faktor risiko dari beberapa penyakit diantaranya stroke, infark miokard, angina, gagal jantung, gagal ginjal, dan kematian mendadak akibat dari penyakit kardiovaskular (Saseen & MacLaughlin, 2017).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang akan terkena penyakit hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (KEMENKES RI, 2019). Kejadian hipertensi ini lebih tinggi terjadi pada penduduk di negara berkembang dibandingkan negara maju bahkan nyaris sebanyak 75% penderita dengan hipertensi tinggal di negara berkembang dan terjadi peningkatan sebanyak 8,1% (Mills, 2016). Hipertensi paling banyak di derita masyarakat Indonesia dengan dibuktikan melalui jumlah kunjungan hipertensi di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama yang terus meningkat setiap tahunnya (Ansar dan Dwinata, 2019).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Balitbangkes tahun 2018 bahwa hipertensi adalah penyakit terbesar nomor tiga di Indonesia setelah stroke dan tuberkulosis. Jumlah prevalensi hipertensi pada tahun 2013 sebesar 25,8% dan meningkat pada tahun 2018 sebesar 34,1% pada

penduduk Indonesia dengan umur 18 tahun keatas (Garwahasada & Wirjatmadi, 2020; KEMENKES RI, 2018). Menurut data Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2018, persentase hipertensi di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2018 mencapai 22,71%, dengan proporsi laki-laki sebesar 18,99% dan perempuan sebesar 18,76% . Kejadian hipertensi yang terdapat di Kabupaten Lumajang masih menunjukkan prevalensi yang cukup besar yaitu mencapai 20,92% yang mengalami hipertensi dengan proporsi laki-laki sebesar 19,96% dan perempuan sebesar 20,56 % (DINKES Provinsi Jawa Timur, 2018). Sedangkan prevalensi penduduk yang mengalami hipertensi di Puskesmas Labruk Kidul Kabupaten Lumajang sebesar 43,91% penduduk yang mengalami hipertensi dengan proporsi laki-laki sebesar 42,4% perempuan sebesar 45,37 % (Profil Kesehatan Kabupaten Lumajang, 2018).

Pada umumnya, penyakit hipertensi sangat banyak terjadi pada masyarakat yang berusia lanjut, akan tetapi tidak menutup kemungkinan penduduk usia remaja hingga dewasa juga dapat menderita penyakit hipertensi. Remaja dan dewasa muda yang berada pada rentang usia 15-25 tahun memiliki angka prevalensi hipertensi 1 dari 10 orang. Sedangkan prevalensi pre hipertensi dan hipertensi pada dewasa muda (20-30 tahun) adalah sebesar 45,2% (Kini *et al.*, 2016). Hipertensi kini telah menjadi salah satu penyakit degeneratif yang diturunkan pada anggota keluarga yang memiliki riwayat kejadian hipertensi (Arum, 2019).

Tingginya prevalensi kejadian hipertensi disebabkan karena berbagai faktor risiko. Faktor risiko yang dapat meningkatkan tekanan darah adalah faktor yang tidak dapat dikontrol dan dapat dikontrol. Faktor risiko yang tidak dapat dikontrol antara lain riwayat keluarga, usia, jenis kelamin, ras dan penyakit gagal ginjal kronis. Sedangkan faktor yang dapat dikontrol adalah kurang aktifitas fisik, diet yang tidak sehat, obesitas, minum alkohol yang terlalu banyak, apnea tidur, kolestrol tinggi, merokok dan stres (AHA, 2017).

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti dengan Ahli Gizi di Puskesmas Labruk Kidul Kabupaten Lumajang pada bulan Februari 2020 diketahui bahwa kurangnya inovasi media gizi menjadi salah satu penyebab

kurang berhasilnya dalam pemberian pengetahuan kepada penderita hipertensi. Hal ini dibuktikan dengan adanya media berupa *leaflet* dan tidak ada media poster tentang hipertensi sehingga ternyata kurang efektif dalam menanggulangi kejadian hipertensi. Ahli Gizi di Puskesmas Labruk Kidul Kabupaten Lumajang mengatakan bahwa pasien dengan penderita hipertensi tidak dapat mengontrol tekanan darahnya disebabkan beberapa pasien hipertensi sebelumnya kurang edukasi mengenai hipertensi. Selain itu setelah diberi konseling oleh Ahli Gizi tidak menerapkan anjuran yang diberikan oleh Ahli Gizi karena diketahui pasien kurang memahami penyampaian dari Ahli Gizi, lupa setelah diberi konseling, dan kurang kesadaran diri akan pentingnya menjaga kesehatan individu sehingga Ahli Gizi harus memberitahu secara berulang-ulang. Sehingga dengan kejadian tersebut media yang dibutuhkan oleh Ahli Gizi dan penderita hipertensi adalah media yang lebih menarik dibanding media sebelumnya, media yang memuat gambar dan isi materi didalamnya agar mudah dibaca dan dipahami oleh penderita hipertensi.

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengedukasi penderita hipertensi adalah dengan mengembangkan media gizi tentang hipertensi agar media dapat diterima oleh penderita hipertensi. Salah satu cara yang dilakukan agar media diterima adalah dengan mengembangkan media tentang hipertensi dan memodifikasi media yang telah ada sebelumnya, menciptakan bentuk media inovasi baru tentang hipertensi agar lebih praktis dengan isi materi yang lebih lengkap dibanding dengan media sebelumnya namun isi materi yang dikemas singkat, padat, dan jelas, tampilan menarik, digabungkan, dan dibuat dalam bentuk *Zig-Zag Card Remind* sebagai media edukasi gizi untuk diberikan kepada penderita hipertensi. Media *Zig-Zag Card Remind* merupakan buku saku lipat yang dimodifikasi antara buku saku dan *leaflet* yang berukuran lebih kecil dan kertas lebih tebal dibanding dengan media sebelumnya agar mudah untuk dibawa, tidak mudah sobek, dan mudah disimpan ke dalam saku. Oleh karena itu, perlu adanya *Zig-Zag Card Remind* yang berbeda dari media yang lain agar dapat membantu penderita hipertensi dalam penambah pengetahuan mengenai edukasi gizi hipertensi.

Media merupakan suatu perantara dalam menyampaikan pesan atau informasi dengan menggunakan peralatan untuk pencapaian hasil yang efektif dan efisien (Rahmad & Almunadia, 2017). Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pendidikan gizi dengan media buku saku efektif untuk meningkatkan pengetahuan (Azadirachta & Sumarmi, 2018). Buku saku berukuran kecil yang dapat dimasukkan ke dalam saku dan mudah dibawa ke mana-mana. (Setyani *et al.*, 2017). Selain itu pendidikan gizi dengan menggunakan media yang menarik dan sesuai dengan karakteristik individu merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan (Sudarsono *et al.*, 2017). Sedangkan menurut Nursalim (2015) media grafis seperti *leaflet* memiliki kelebihan yakni mempermudah dan mempercepat pemahaman terhadap pesan yang disajikan. Pemberian media *leaflet* kepada pasien dapat meningkatkan efikasi diri dan kepatuhan pasien minum obat serta menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik secara bermakna (Dewanti *et al.*, 2015).

Pengembangan media *Zig-Zag Card Remind* ini adalah media yang belum ada sebelumnya, yang dikembangkan dari media buku saku dan *leaflet* serta dimanfaatkan sebagai media edukasi gizi agar diterima bagi penderita hipertensi di Puskesmas Labruk Kidul Kabupaten Lumajang. Oleh karena itu dilakukan penelitian tentang pengembangan *Zig Zag Card Remind* sebagai media gizi bagi penderita hipertensi di puskesmas Labruk Kidul Lumajang.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana cara pembuatan Pengembangan *Zig-Zag Card Remind* Sebagai Media Gizi Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Labruk Kidul Kabupaten Lumajang?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan *Zig-Zag Card Remind* sebagai Media Edukasi Gizi pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Labruk Kidul Kabupaten Lumajang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mendeskripsikan analisis kebutuhan terhadap Pengembangan *Zig-Zag Card Remind* Sebagai Media Edukasi Gizi pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Labruk Kidul Kabupaten Lumajang.
2. Membuat *prototype* Pengembangan *Zig-Zag Card Remind* Sebagai Media Edukasi Gizi pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Labruk Kidul Kabupaten Lumajang.
3. Mengetahui serta mendeskripsikan hasil uji validasi Pengembangan *Zig-Zag Card Remind* Sebagai Media Edukasi Gizi pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Labruk Kidul Kabupaten Lumajang.
4. Mengetahui serta mendeskripsikan hasil uji daya terima pada Pengembangan *Zig-Zag Card Remind* Sebagai Media Edukasi Gizi pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Labruk Kidul Kabupaten Lumajang.
5. Menghasilkan produk Pengembangan *Zig-Zag Card Remind* Sebagai Media Edukasi Gizi pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Labruk Kidul Kabupaten Lumajang.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Untuk Peneliti

1. Dapat menambah wawasan serta ilmu pengetahuan dalam mengembangkan media *Zig-Zag Card Remind* Sebagai Media Edukasi Gizi Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Labruk Kidul Kabupaten Lumajang.
2. Dapat mengaplikasikan ilmu yang didapat di bangku kuliah untuk dapat diterapkan ke dalam pengembangan media edukasi gizi.

1.4.2 Bagi Masyarakat

1. Sebagai informasi gizi mengenai hipertensi dan juga sebagai pengetahuan bagi masyarakat yang berhubungan dengan kejadian hipertensi, sehingga penderita hipertensi dapat mengelola kejadian hipertensi.
2. Media *Zig-Zag Card Remind* sebagai media pengingat dan pengontrol terhadap tekanan darah bagi penderita hipertensi.

1.4.3 Bagi Ahli Gizi

1. Sebagai sarana informasi gizi tentang Hipertensi di Puskesmas Labruk Kidul, sehingga dapat digunakan acuan bagi ahli gizi untuk memberikan edukasi kepada masyarakat.
2. Sebagai media bantu dalam konseling gizi untuk memberikan edukasi kepada masyarakat.

1.4.4 Bagi Institusi Pendidikan

1. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan menambah perbendaharaan bahan pembelajaran mahasiswa terutama di Politeknik Negeri Jember.
2. Sebagai referensi bagi peneliti berikutnya yang akan melakukan penelitian lebih lanjut mengenai media edukasi gizi tentang hipertensi.