BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan pada sistem kardiovaskular dan pembuluh darah otak. Hipertensi merupakan kondisi ketika tekanan darah berada di atas batas normal secara menetap dan dapat meningkatkan risiko terjadinya kesakitan serta kematian (Wati et al., 2023). Kondisi hipertensi umumnya berlangsung tanpa simtom yang jelas, sehingga banyak penderitanya tidak mengetahui bahwa tekanan darahnya berada di atas batas normal. Istilah *silent killer* sering digunakan untuk menggambarkan hipertensi karena penyakit ini dapat berkembang tanpa menimbulkan keluhan yang spesifik. Seseorang dikategorikan mengalami hipertensi apabila hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan nilai ≥140/90 mmHg (Setiyawan et al., 2025).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa prevalensi hipertensi diperkirakan mencapai 33% pada tahun 2023. Sebagian besar penderita, yaitu sekitar dua pertiga, berada di negara dengan tingkat pendapatan rendah dan menengah. Jumlah penderita hipertensi secara global juga diproyeksikan mencapai sekitar 1,5 miliar orang pada tahun 2025 (WHO, 2023) (Ardiansyah et al., 2024).

Berdasarkan hasil pengukuran, prevalensi hipertensi pada penduduk berusia di antara mereka yang berusia di atas 18 tahun, terjadi penurunan dari 34,1% dalam penilaian risiko pada tahun 2018 menjadi 30,8% pada Survei Kesehatan Indonesia(SKI) 2023 (Syarif, 2025). Selain itu, berdasarkan SKI tahun 2023, prevalensi hasil pengukuran pada penduduk berusia ≥18 tahun lebih rendah pada laki-laki (26,9%) daripada wanita (34,7%) (Kementerian Kesehatan RI 2023). Kejadian Hipertensi hanya sepertiga jumlah penduduk Indonesia yang didiagnosis menderita hipertensi berdasarkan perkiraan. Lebihannya terdeteksi. Kelompok usia 31–44 tahun mengalami tingkat hipertensi tertinggi (31,6%), 45–54 tahun (45,3%), dan 55–64 tahun (55,2%).(Kurnia et al., 2024).

Profil kesehatan Provinsi Sumatera Utara tahun 2023 mencatat 3.287.526 orang dengan hipertensi, sebagian besar berusia 15 tahun ke atas. (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, 2023) (Hidayah et al., 2025). Pada tahun 2023, prevalensi hipertensi di Deli Serdang mencapai 28,1%, naik dari 27,6% pada tahun 2021, 25,6% pada tahun 2020, dan 22,07% pada tahun 2019 (Dinas Kesehatan Deli Serdang 2023).

Ada banyak faktor risiko yang memengaruhi tekanan darah tinggi, menurut banyak penelitian. Banyak faktor dapat memengaruhi tekanan darah tinggi. Faktor-faktor yang dapat dikendalikan termasuk asupan garam dan lemak yang berlebihan, kelebihan bobot, kurangnya olahraga, dan adiksi rokok, faktor-faktor yang tidak dapat dimodifikasi, salah satunya adalah usia, gender, dan genetika (Afrilia et al., 2024).

Pengelolaan hipertensi tidak hanya mencakup tinjauan klinis melainkan juga pada faktor-faktor psikososial seperti pengetahuan, sikap, dan perilaku yang dapat memengaruhi keberhasilan pengendalian penyakit ini. Pengetahuan tentang hipertensi menjadi dasar bagi penderita untuk memahami bahaya, indikasi, serta tindakan pengamanan yang tepat. Namun, pengetahuan saja tidak cukup jika sikap terhadap penyakit tersebut negatif atau tidak mendukung perubahan perilaku (Anisah et al., 2025)

Derajat pemahaman memengaruhi perilaku yang berkaitan dengan penanganan hipertensi. Pasien dengan tingkat pengetahuan rendah memiliki kemungkinan 2,869 kali lipat daripada pasien memiliki pemahaman yang memadai untuk menunjukkan perilaku yang tidak memadai dalam menangani hipertensi. Memiliki pengetahuan yang cukup dan mengadopsi kebiasaan hidup sehat, seperti mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang, melakukan aktivitas fisik secara rutin, tidak merokok, dan menghindari stress, dapat mengubah gaya hidup seseorang (Norkhasanah et al., 2023).

Penelitian sebelumnya menunjukkan hubungan antara sikap pasien hipertensi dan kepatuhan mereka terhadap pengobatan mereka. Sikap yang mendorong pasien untuk mematuhi pedoman terapi hipertensi, yang

memungkinkan pengendalian tekanan darah, memengaruhi penanganan hipertensi (Baskara et al., 2023).

Pengetahuan, sikap, dan perilaku dalam konteks hipertensi adalah bidang studi yang kritis, karena faktor-faktor ini secara signifikan mempengaruhi manajemen dan pencegahan hipertensi. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang hipertensi, masyarakat dapat lebih proaktif dalam mengadopsi gaya hidup sehat dan mengurangi faktor risiko yang menyebabkan penyakit ini. Dengan demikian, peningkatan kesadaran dan pengetahuan tentang menghindari komplikasi yang mempengaruhi kualitas hidup pasien dengan tekanan darah tinggi sangat penting (Anisah et al., 2025).

Mengubah sikap dan pengetahuan adalah cara untuk mengubah perilaku. Dengan mengajar pasien, perspektif dan pengetahuan mereka dapat diubah. Edukasi seperti ini membantu menurunkan tekanan darah dan meningkatkan kesadaran pasien hipertensi. Informasi tentang hipertensi dapat memperluas wawasan dan dapat mengubah perilaku kesehatan individu dan kelompok. Penggunaan media pendidikan sangat penting untuk pelaksanaan inisiatif pendidikan karena media ini dapat membantu proses pendidikan dan mempengaruhi hasil yang dicapai (Kafi et al., 2023).

Pesan yang disampaikan menjadi lebih mudah diserap dan dipahami karena materi video merangsang penglihatan dan pendengaran. Selain itu, pesan menjadi lebih menarik dan berkesan (Agun et al., 2024). Dibandingkan dengan metode pendidikan konvensional, media audiovisual, seperti video, meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan perilaku siswa. Sebuah studi (Anshari et al., 2023) temuan penelitian menunjukkan bahwa kedua kelompok, baik perlakuan maupun pembanding mendapatkan peningkatan pengetahuan dan sikap.

Tujuan dari Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis), yang dioperasikan oleh BPJS Kesehatan, adalah untuk memperbaiki mutu kehidupan individu yang menderita konsdisi klinis menahun, terutama hipertensi. Klinik Pelita Bunda fasilitas kesehatan utama yang bermitra dengan BPJS kesehatan menyelenggarakan PROLANIS melalui pembentukan Klub Prolanis Hipertensi.

Klub ini berfungsi untuk sebagai wadah bagi penderita hipertensi untuk memperoleh pemantauan kesehatan secara rutin, konsultasi medis, serta edukasi kesehatan yang berkelanjutan guna mendukung pengendalian penyakit. Keberadaan klub yang aktif dengan dengan kegiatan rutin menjadikan Klinik Pelita Bunda sebagai lokasi yang relevan untuk dilakukan penelitian terkait evaluasi efektivitas edukasi kesehatan.

Berdasarkan Survei Pendahuluan yang dilakukan terhadap 10 penderita hipertensi anggota Klub Prolanis Hipertendi di Klinik Pelita Bunda, diperoleh gambaran awal mengenai pengetahuan, sikap, dan perilaku peserta dalam pengelolaan hipertensi. Hasil Survei menunjukkan bahwa meskipun sebagian responden telah mengetahui pentingnya pengobatan dan control tekanan darah secara rutin, pemahaman terkait pengelolaan gizi, khususnya pembatasan konsumsi garam dan lemak, masih terbatas.

Selain itu, Survei pendahuluan juga menunjukkan bahwa dibutuhkan lebih banyak upaya untuk menerapkan pola makan sehat dan aktivitas fisik. oleh seluruh peserta. Kondisi ini mengindikasikan adanya kesenjangan antara pengetahuan yang dimililki dengan sikap dan perilaku pengelolaan hipertensi dalam kehidupan sehari-hari, sehingga diperlukan metode edukasi yang lebih efektif untuk meningkatkan pemahaman serta mendorong perubahan perilaku penderita hipertensi. Edukasi gizi melibatkan media video dipilih karena berpotensi menaikkan pemahaman peserta dengan menyampaikan informasi secara visual dan menarik. Atas dasar tersebut, penelitian menjadi langkah mutlak guna mengetahui bagaimana pengetahuan, sikap, dan perilaku pasien hipertensi di Klub Hipertensi Prolanis Klinik Pelita Bunda di Lubuk Pakam dipengaruhi oleh edukasi gizi berbasis video.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah pengaruh edukasi gizi menggunakan media video terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku pada penderita hipertensi di Klub Prolanis Hipertensi Klinik Pelita Bunda Lubuk Pakam?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh edukasi gizi menggunakan media video terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku pada penderita hipertensi di Klub Prolanis Hipertensi Klinik Pelita Bunda Lubuk Pakam.

2. Tujuan Khusus

a. Menilai tingkat pengetahuan penderita hipertensi di Klub Prolanis Hipertensi Klinik Pelita Bunda Lubuk Pakam sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan media video.
b. Menilai sikap penderita hipertensi di Klub Prolanis Hipertensi Klinik Pelita Bunda Lubuk Pakam sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan media video.
c. Menilai perilaku penderita hipertensi di Klub Prolanis Hipertensi Klinik Pelita Bunda Lubuk Pakam sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan media video.
d. Menganalisis pengaruh edukasi gizi menggunakan media video terhadap pengetahuan pada penderita hipertensi di Klub Prolanis Hipertensi Klinik Pelita Bunda Lubuk Pakam.
e. Menganalisis pengaruh edukasi gizi menggunakan media video terhadap sikap pada penderita hipertensi di Klub Prolanis Hipertensi Klinik Pelita Bunda Lubuk Pakam.
f. Menganalisis pengaruh edukasi gizi menggunakan media video terhadap perilaku pada penderita hipertensi di Klub Prolanis Hipertensi Klinik Pelita Bunda Lubuk Pakam.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Studi ini memberikan wawasan komprehensif serta pemahaman yang lebih utuh kepada peneliti bagaimana mengajarkan gizi menggunakan video dan bagaimana hal itu berdampak pada penyebaran pengetahuan,

pembentukan sikap positif, dan perubahan perilaku pada pasien yang menderita hipertensi dalam pengendalian tekanan darah.

2. Bagi Institusi

Luaran penelitian dimaksudkan untuk menyajikan informasi dan gambaran tentang bagaimana edukasi gizi berbasis video mempengaruhi pengetahuan, sikap, dan perilaku pada penderita hipertensi sehingga dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran.

3. Bagi Masyarakat

Studi ini diharapkan akan meningkatkan ingatan dan pemahaman penderita hipertensi dalam menerapkan pola makan serta gaya hidup sehat melalui edukasi gizi berbasis video yang mudah dipahami dan menarik.