

BAB I

PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Hipertensi adalah kondisi medis yang ditandai dengan tekanan darah yang lebih tinggi dari batas normal, yaitu lebih dari 140/90 mmhg atau lebih tinggi. Kondisi ini dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius, seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Hipertensi seringkali tidak menunjukkan gejala, sehingga banyak orang yang tidak menyadari bahwa mereka menderita kondisi tersebut. Ini membuat pengelolaannya sulit (Fitriyana & Wirawati, 2022)

Hipertensi adalah salah satu masalah kesehatan masyarakat yang paling urgent di seluruh dunia. Lebih dari 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), dan angka ini terus meningkat sebagai akibat dari perubahan gaya hidup dan pola makan (World Health Organization, 2021). Penyakit kardiovaskular adalah penyebab kematian paling umum, dan berbagai pihak perlu memberikan perhatian khusus kepada masalah ini (Fitria et al., 2025)

Data Riskesdas tahun 2023 menunjukkan bahwa 30,8% orang di Indonesia menderita hipertensi, dengan prevalensi yang lebih tinggi di daerah pedesaan menunjukkan bahwa hipertensi adalah masalah kesehatan yang signifikan di Indonesia dan membutuhkan intervensi yang tepat untuk mengatasi masalah ini. (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Hipertensi salah satu masalah kesehatan yang perlu dirawat dengan serius. Prevalensi hipertensi dalam keadaan ini cukup tinggi, dengan banyak orang tidak mengetahui kesehatan mereka. Dengan prevalensi sekitar 37,57%, Jawa Tengah termasuk dalam sepuluh besar provinsi dengan hipertensi tertinggi. Beberapa kabupaten termasuk Karanganyar, Jepara, Magelang, Purworejo dan Klaten (Dinkes Prov. Jateng, 2021)

Kabupaten Klaten, sebagai salah satu daerah di Jawa Tengah, juga menghadapi tantangan yang sama terkait hipertensi. Data menunjukkan bahwa

banyak warga Klaten yang menderita hipertensi, dengan tingkat prevalensi 10,66% (Dinkes Klaten, 2020)

Hipertensi tidak dikelola dengan baik, dapat menyebabkan banyak komplikasi serius yang dapat membahayakan kesehatan dalam jangka panjang. Penyakit jantung koroner adalah komplikasi hipertensi yang paling umum, di mana tekanan darah tinggi mengerasan dan menyempit arteri, mengurangi aliran darah ke jantung, dan meningkatkan risiko serangan jantung. Selain itu, hipertensi juga dapat menyebabkan stroke, baik iskemik maupun hemoragik, karena penyumbatan aliran darah atau pecahnya pembuluh darah otak. Gagal ginjal adalah komplikasi lain yang sering terjadi, di mana kerusakan pada pembuluh darah ginjal mengganggu proses penyaringan dan dapat menyebabkan penyakit ginjal kronis. Selain itu, hipertensi menyebabkan kerusakan mata seperti retinopati hipertensif, yang dapat menyebabkan kehilangan penglihatan. Oleh karena itu, sangat penting bagi mereka yang menderita hipertensi untuk melakukan pengendalian yang tepat, yang mencakup perubahan gaya hidup (Pebriani, 2023)

Edukasi diet *DASH* sangat penting karena hipertensi adalah salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular, yang merupakan penyebab kematian terbesar di banyak negara. Tekanan darah dapat dikurangi dan risiko komplikasi kesehatan seperti stroke dan serangan jantung dapat dikurangi dengan pola makan yang sehat. Diet ini juga telah terbukti menurunkan asam urat, yang berpotensi mencegah nyeri gout. Akibatnya, edukasi tentang diet *DASH* membantu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pola makan sehat untuk mencegah hipertensi dan penyakit kardiovaskular lainnya. Edukasi diet *DASH* sangat bermanfaat bagi kelompok tertentu, seperti wanita dan orang berkulit hitam; mereka menunjukkan penurunan risiko kardiovaskular antara 13 dan 14 persen dibandingkan dengan pola makan standar yang tinggi lemak dan kolesterol. Edukasi diet *DASH* dapat membantu orang menjadi lebih terbuka untuk menerapkan gaya hidup sehat yang berkelanjutan dan mengurangi beban penyakit kardiovaskular secara keseluruhan (Imam et al., 2025)

Hasil penelitian sebelumnya yang di susun oleh (Falah & Apriana, 2023) menunjukkan adanya penurunan tekanan darah, setelah edukasi didapatkan penurunan tekanan darah sistolik dari 159 mmHg menjadi 118 mmHg dan tekanan darah diastolik dari 91 mmHg menjadi 80 mmHg .

Berdasarkan studi pendahuluan di Puskesmas Karangdowo, Kabupaten Klaten, jumlah pasien hipertensi pada tahun 2024 tercatat sebanyak 12.129 orang, terdiri dari 5.963 laki-laki dan 6.166 perempuan, di desa Ngolodono 281 orang penderita hipertensi masih banyak yang tidak mengetahui pengetahuan tentang penurunan tekanan darah dengan cara diet *DASH*. Dengan mempertimbangkan latar belakang ini, penulis ingin melakukan studi kasus dengan judul " Studi kasus edukasi diet *DASH* untuk pasien hipertensi di desa Ngolodono Wilayah Kerja Puskesmas Karangdowo."

A. Batasan Masalah

Pada studi kasus masalah ini dibatasi pada “ Studi kasus edukasi diet *DASH* untuk pasien hipertensi di Desa Ngolodono Wilayah Kerja Puskesmas Karangdowo.

B. Rumusan Masalah

Tekanan darah tinggi, juga dikenal sebagai hipertensi, adalah kondisi medis yang umum dan dapat meningkatkan risiko beberapa penyakit serius, seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Dengan prevalensi sekitar 37,57%, Jawa Tengah termasuk dalam sepuluh besar provinsi dengan hipertensi tertinggi, lalu Data Kabupaten Klaten yang menderita hipertensi, dengan tingkat prevalensi 10,66% , sedangkan di Puskesmas Karangdowo jumlah pasien hipertensi pada tahun 2024 tercatat sebanyak 12.129 orang, terdiri dari 5.963 laki-laki dan 6.166 perempuan, di desa Ngolodono 281 orang penderita hipertensi. Fokus studi kasus ini adalah bagaimana " Studi kasus edukasi diet *DASH* untuk pasien hipertensi di Desa Ngolodono Wilayah Kerja Puskesmas

Karangdowo", berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan oleh peneliti di atas.

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum:

Tujuan umum studi kasus ini adalah untuk mendeskripsikan edukasi diet *DASH* untuk pasien hipertensi di Desa Ngolodono Wilayah Kerja Puskesmas Karangdowo

2. Tujuan Khusus:

- a. Mampu mengidentifikasi pengkajian keperawatan pada pasien dengan diagnosa hipertensi di Desa Ngolodono Wilayah Kerja Puskesmas Karangdowo
- b. Mampu mengidentifikasi diagnosis keperawatan pada pasien dengan diagnosa medis hipertensi di Desa Ngolodono Wilayah Kerja Puskesmas Karangdowo
- c. Mampu mengidentifikasi intervensi keperawatan pada pasien dengan hipertensi di Desa Ngolodono Wilayah Kerja Puskesmas Karangdowo
- d. Mampu mengidentifikasi implementasi keperawatan pada pasien dengan hipertensi di Desa Ngolodono Wilayah Kerja Puskesmas Karangdowo
- e. Mampu mengidentifikasi evaluasi keperawatan pada pasien dengan hipertensi di Desa Ngolodono Wilayah Kerja Puskesmas Karangdowo
- f. Menganalisis Studi kasus edukasi diet *DASH* untuk penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di desa Ngolodono Wilayah Kerja Puskesmas Karangdowo

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoris

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan diet *DASH* untuk pasien hipertensi.

2. Manfaat Praktis

Studi kasus ini, diharapkan dapat memberikan manfaat bagi :

a. Bagi Puskesmas atau Pelayanan Kesehatan

Hasil studi kasus ini dapat digunakan sebagai masukan bagi Puskesmas atau fasilitas kesehatan lain untuk membangun program edukasi masyarakat komprehensif tentang hipertensi .

b. Bagi Pasien dan Keluarga

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan informasi kepada pasien Hipertensi tentang diet dash.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Data awal untuk melakukan penelitian lanjutan tentang penderita hipertensi akan bermanfaat bagi peneliti selanjutnya

d. Bagi Perawat

Penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan dalam program edukasi yang bertujuan untuk meningkatkan status kesehatan masyarakat yang menderita hipertensi.

