

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi atau yang sering disebut dengan tekanan darah tinggi adalah suatu kondisi dimana tekanan darah mengalami peningkatan. Setiap kali jantung berdetak, maka jantung akan memompa darah ke pembuluh darah, kemudian membawa darah ke seluruh tubuh¹. World Health Organization (WHO) tahun 2023 mendefinisikan hipertensi (tekanan darah tinggi) sebagai kondisi medis yang terjadi ketika tekanan pada pembuluh darah sama dengan atau lebih dari 140/90 mmHg. Kondisi tersebut umum terjadi pada setiap orang, namun hal tersebut dapat menjadi serius jika tidak segera ditangani. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) pada tahun 2023, hipertensi terjadi saat tekanan darah pada dinding arteri meningkat terlalu tinggi secara konstan. Hipertensi dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, penyakit ginjal, penyakit pembuluh darah, dan masalah kesehatan lainnya².

Hipertensi mempunyai dampak global yang signifikan untuk tantangan kesehatan yang berdampak pada beragam populasi. Meningkatnya prevalensi hipertensi menghadirkan ancaman multifaset bagi masyarakat untuk menjaga sistem kesehatan diseluruh dunia. Hipertensi memiliki sifat yang berbahaya, yang ditandai dengan perkembangan yang seringkali terjadi tanpa gejala dan mengarah pada keterlambatan diagnosis³.

Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi adalah salah satu penyakit yang banyak diderita pada penduduk negara berkembang. Hipertensi merupakan penyakit tidak menular kronis yang tidak dapat disembuhkan tetapi dapat dikendalikan. Hipertensi tidak hanya terjadi pada kelompok usia dewasa maupun lanjut, tetapi juga dapat terjadi pada usia remaja⁴.

Data World Health Organization (WHO) tahun 2015 menunjukan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi dan diperkirakan tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang terkena hipertensi atau diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal

akibat hipertensi dan komplikasinya. Hipertensi dengan komplikasi (5,3 %) merupakan penyebab kematian nomor 5 pada semua umur¹.

Berdasarkan data Riskesdas 2018 prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44,1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Riskesdas 2018 juga mencatat bahwa sekitar 0,7% remaja usia 15–17 tahun telah mengalami hipertensi¹. Riskesdas 2018 Provinsi Jambi menunjukkan peningkatan prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia 18 tahun sebanyak 28,9%, sedangkan tahun 2013 yaitu 24,6%, yang artinya terdapat peningkatan prevalensi. Berdasarkan data Profil Kesehatan Provinsi Jambi Prevalensi hipertensi di Provinsi Jambi mengalami fluktuasi yaitu tahun 2015 (13,89%), 2016 (13,69%) 2017 (14,47%), 2018 (13,50%), dan 2019 (18,50%) dan penyakit hipertensi berada pada urutan 1 atau 2 pada 10 penyakit terbanyak. Pada tahun 2021, hipertensi menjadi penyakit dengan total kasus paling tinggi di Provinsi Jambi, dengan 153.627 kasus atau 31,70%⁵.

Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Kota Jambi, jumlah kasus hipertensi di Kota Jambi tahun 2021 sebanyak 25.846 kasus, tahun 2022 mengalami penurunan menjadi 7.032 kasus dan tahun 2023 mengalami kenaikan yaitu 32.092 kasus. Puskesmas Simpang IV Sipin menjadi puskesmas yang menempati posisi tertinggi kasus Hipertensi pada tahun 2023 sebanyak 6.673 dan tahun 2024 sebanyak 3.940 kasus⁶.

Hipertensi menempati posisi pertama dari 10 penyakit terbesar dengan kasus tertinggi yang ada di Kota Jambi. Adanya peningkatan prevalensi hipertensi di Kota Jambi yaitu pada tahun 2019 prevalensi hipertensi sebesar 25,4%, pada tahun 2020 adanya penurunan menjadi 18,8% akan tetapi pada tahun 2021 terjadi peningkatan menjadi 24,2%⁶.

Teori H.L Bloom mengemukakan yaitu ada beberapa faktor yang secara langsung mempengaruhi derajat kesehatan yaitu: lingkungan (sosial, ekonomi, politik, budaya), gaya hidup, pelayanan kesehatan dan faktor genetik (riwayat keluarga) empat determinan ini saling berinteraksi dan mempengaruhi status

kesehatan seseorang. Faktor resiko hipertensi ada yang dapat diubah dan yang tidak dapat diubah, resiko yang dapat diubah yaitu kegemukan (obesitas), merokok, kurang aktifitas fisik, konsumsi garam berlebih, psikososial dan stres. Sedangkan yang tidak dapat diubah seperti jenis kelamin, umur, riwayat keluarga (genetik)⁵.

Black & Hawks (2014) menyatakan faktor- faktor resiko hipertensi yang tidak dapat diubah yaitu riwayat keluarga, usia, jenis kelamin, etnis dan faktor- faktor resiko yang dapat diubah yaitu diabetes, stres, obesitas, nutrisi, dan penyalahgunaan obat. Sedangkan Lewis, Bucher, Heitkemper, & Harding (2017) menyatakan salah satu faktor resiko hipertensi adalah status sosial ekonomi dimana seseorang dengan sosial ekonomi rendah dan pengetahuan rendah lebih beresiko terkena hipertensi¹.

Kejadian hipertensi pada remaja banyak diawali dengan faktor berat badan atau obesitas. Dalam penelitian didapatkan bahwa terdapat hubungan antara kegemukan atau obesitas dengan hipertensi. Riwayat hipertensi pada keluarga juga dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi pada remaja. Riwayat hipertensi keluarga merupakan faktor dominan kejadian hipertensi pada remaja. Riwayat hipertensi dalam keluarga dipengaruhi oleh faktor genetik dan faktor pola hidup dalam keluarga misalnya pola makan. Faktor gaya hidup juga dapat mempengaruhi risiko terjadinya hipertensi. Gaya hidup yang kurang baik seperti kurang teratur jam tidur, olahraga atau aktivitas yang kurang yang dapat menimbulkan stress juga sangat berperan dalam memicu terjadinya hipertensi pada remaja⁴.

Pada remaja hipertensi juga merupakan suatu masalah, karena remaja yang mengalami hipertensi dapat terus berlanjut pada usia dewasa dan memiliki risiko morbiditas dan mortalitas yang lebih tinggi. Walaupun prevalensi secara klinis sangat sedikit pada anak dan remaja dibanding pada dewasa, namun cukup banyak bukti yang menyatakan bahwa hipertensi esensial pada orang dewasa dapat berawal pada masa kanak-kanak dan remaja. Angka kejadian hipertensi pada anak dan remaja diperkirakan antara 1–3%⁴.

Sinaiko dalam penelitiannya terhadap 14.686 orang anak berusia 10–15 tahun menemukan 4,2% anak mengalami hipertensi. Kurang dari lima persen anak dengan proporsi lebih besar pada remaja, mengalami hipertensi pada satu kali

pengukuran tekanan darah. Angka kejadian hipertensi meningkat sesuai dengan usia, berkisar 15% pada usia dewasa muda hingga 60% pada orang yang berusia 65 tahun ke atas⁷.

Di Indonesia angka kejadian hipertensi pada anak dan remaja bervariasi dari 3,11% sampai 4,6%⁴. Dimasukkannya pengukuran tekanan darah ke dalam pemeriksaan rutin terhadap remaja, akan memungkinkan ditemukannya hipertensi asimtomatik yang signifikan karena penyakit yang tidak diketahui, dan memperkuat pernyataan bahwa kenaikan tekanan darah yang ringan sering terjadi pada remaja⁷.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nia (2006) dan Rasajati (2015) menyatakan bahwa faktor risiko hipertensi adalah jenis kelamin, riwayat keluarga, riwayat merokok, konsumsi alkohol, aktivitas olahraga, dan asupan garam. Upaya preventif dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya hipertensi yaitu dengan cara melakukan pengecekan rutin untuk mengontrol tekanan darah agar mampu mendiagnosis secara dini apabila terjadi hipertensi⁸.

Semakin majunya dunia kesehatan tidak berjalan beriringan dengan perilaku sehat dari masyarakat. Berdasarkan hasil penelitian, pola makan dengan frekuensi sering mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi energi, natrium, lemak jenuh dan rendah serat dapat meningkatkan risiko hipertensi. Konsumsi energi yang tinggi dapat berpengaruh terhadap obesitas, dimana orang yang menderita obesitas dapat berpotensi terjadinya hipertensi⁹.

Hipertensi bukan hanya masalah bagi orang dewasa tetapi juga bagi remaja. Dengan meningkatnya prevalensi di kalangan muda, penting bagi kita semua untuk memahami penyebab, gejala, dan cara pencegahannya. Dengan deteksi dini dan pengobatan yang tepat, risiko komplikasi jangka panjang dapat diminimalkan. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah hipertensi adalah melalui peningkatan pengetahuan tentang faktor risiko dan cara pencegahannya. Remaja yang memiliki pengetahuan lebih baik tentang hipertensi cenderung lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan, sehingga dapat mengadopsi perilaku hidup sehat untuk mencegah kondisi tersebut¹⁰.

Remaja umumnya berusia 15–18 tahun, berada pada tahap *middle adolescence* hingga *late adolescence*. Pada fase ini, mereka sudah memiliki kemampuan berpikir abstrak, logis, dan reflektif yang lebih matang dibanding remaja SMP (12–15 tahun). Dalam konteks edukasi pencegahan hipertensi, materi promosi kesehatan seperti konsep pola makan sehat, risiko penyakit tidak menular, serta gaya hidup preventif lebih mudah dipahami dan diterapkan oleh remaja dengan tingkat kognitif yang lebih tinggi. Penelitian Wahono et al. (2022) dan studi Universiti Teknologi MARA (2025) sama-sama menunjukkan bahwa remaja usia SMA/SMK sudah mulai mandiri dalam membuat keputusan sehari-hari, termasuk terkait kesehatan misalnya memilih makanan, aktivitas fisik, begadang, atau rokok¹¹.

Pengetahuan dan sikap terhadap pencegahan hipertensi sangat berpengaruh terhadap resiko terkena penyakit hipertensi. Promosi kesehatan menjadi salah satu metode efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat, termasuk remaja, tentang pencegahan hipertensi. Untuk menunjang promosi kesehatan agar informasi dapat tersampaikan dan diterima dengan baik oleh sasaran, maka dibutuhkan media yang efektif dan efisien. Media sosial merupakan salah satu media yang baik digunakan dalam menyampaikan informasi karena dapat menjangkau banyak sasaran dan tidak terbatas oleh ruang dan waktu¹².

Media sosial adalah sebuah media online, dimana para penggunanya bisa dengan mudah berpartisipasi, berbagi, dan menciptakan isi meliputi blog, *social network* atau jejaringan sosial, wiki, forum dan dunia virtual. Media sosial di Indonesia mengalami perkembangan yang sangat pesat. Melansir Data Reportal, di tahun 2023 terdapat total sebanyak 276 juta pengguna media sosial¹³. Ada berbagai macam media sosial yang sangat bervariasi seperti youtube, whatsapp, instagram, tiktok, facebook, twitter, dan sebagainya¹⁴. Salah satu media yang kerap digunakan sekarang adalah aplikasi *Tiktok* yang dimana aplikasi yang menampilkan berbagai macam konten video berdurasi 15 detik hingga 3 menit yang diluncurkan sejak 2014. Media sosial *Tiktok* populer di Indonesia, karena durasi video yang pendek, video yang sederhana, tingkat produksi video yang canggih, konten yang membahas situasi terkini, dan pemasaran yang menarik perhatian¹⁵.

Menurut (Natalia & Winduwati, 2023), saat ini *TikTok* merupakan Platform media sosial dengan jumlah unduhan terbanyak, mencapai 850 juta unduhan pada tahun 2020. *TikTok* juga merupakan media yang menarik bagi remaja karena keterbaruannya, dan memiliki banyak fitur yang mempermudah penyampaian edukasi. Keberhasilan ini menjadikan *TikTok* lebih diminati dari pada berbagai aplikasi lain. Selain itu, menurut (Fanaqi dkk., 2022), *TikTok* diminati karena tidak hanya menyediakan berbagai alat untuk membuat konten yang menarik dan bervariasi, tetapi juga memungkinkan pengguna untuk dengan mudah membagi kreativitas mereka dalam bentuk konten video kepada platform media sosial lain melalui teknologi digital yang cepat dan sederhana¹⁶.

Salah satu upaya dalam mendukung kebijakan pemerintah dalam pencegahan hipertensi adalah dengan memberikan edukasi promosi kesehatan sejak dini kepada remaja tentang hipertensi melalui media sosial. Edukasi promosi kesehatan melalui media sosial dalam bentuk video menurut Kurniatin, 2022, lebih menarik dan lebih efektif. Penyuluhan dengan media video memiliki pengaruh yang lebih kuat terhadap tingkat pengetahuan kesehatan remaja¹⁵.

Peneliti tertarik melakukan promosi kesehatan kepada remaja menggunakan media sosial *TikTok* yang dimana isi dari video tersebut membahas mengenai definisi hipertensi, komplikasi penyakit, faktor risiko dan pencegahan hipertensi. Menurut latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh promosi kesehatan dengan media sosial *TikTok* terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap dalam pencegahan hipertensi sejak dini pada remaja di SMK Negeri 1 Kota Jambi.

1.2 Rumusan Masalah

Kota Jambi merupakan salah satu kota di Provinsi Jambi yang memiliki prevalensi hipertensi yang tinggi yaitu sebesar 26,28% berdasarkan data riskesdas diprovinsi jambi tahun 2018. Kejadian hipertensi di Kota Jambi merupakan permasalahan yang serius. Pada tahun 2020 dan 2021 Puskesmas Simpang IV Sipin menjadi puskesmas dengan kasus hipertensi tertinggi dengan angka prevalensi di tahun 2020 sebesar 1,94% dan meningkat pada tahun 2021 menjadi 5,06%. Pada tahun 2023, hipertensi mencapai 652 kasus dalam periode Januari-Maret.

Berdasarkan hal tersebut, maka yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada pengaruh promosi kesehatan dengan media sosial *Tiktok* terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap dalam pencegahan hipertensi sejak dini pada remaja di SMK Negeri 1 Kota Jambi.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh promosi kesehatan dengan media sosial *Tiktok* terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap dalam pencegahan hipertensi sejak dini pada remaja di SMK Negeri 1 Kota Jambi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap tentang pencegahan hipertensi sejak dini pada remaja sebelum dan sesudah diberikan intervensi media sosial *Tiktok* di SMK Negeri 1 Kota Jambi.
2. Menganalisis pengaruh edukasi promosi kesehatan dengan media sosial *Tiktok* terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap dalam pencegahan hipertensi sejak dini pada remaja di SMK Negeri 1 Kota Jambi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Siswa / Siswi

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi, pengetahuan dan pemahaman tentang pencegahan hipertensi pada remaja melalui media sosial khususnya *Tiktok*, sehingga hal ini dapat menjadi upaya agar dilakukannya pencegahan sejak dini.

1.4.2 Manfaat Bagi Sekolah

Penelitian ini sebagai informasi tambahan bagi sekolah tentang pencegahan hipertensi sejak dini dengan meningkatkan pengetahuan siswa / siswi dan sebagai bahan pertimbangan untuk sekolah dalam menghadapi masa yang akan datang.

1.4.3 Manfaat Bagi Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan informasi dan pengetahuan tentang pengaruh media sosial *Tiktok* terhadap pencegahan hipertensi sejak dini pada remaja, dan sebagai bahan literatur dan acuan pengembangan dalam Ilmu Kesehatan Masyarakat.

1.4.4 Manfaat Bagi Peneliti dan Peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian dapat menjadi referensi untuk meningkatkan pengetahuan peneliti terkait peningkatan pengetahuan dengan media sosial *Tiktok* untuk pencegahan hipertensi sejak dini pada remaja dan hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan penelitian selanjutnya.