

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hipertensi merupakan kondisi peningkatan tekanan darah secara menetap di atas batas normal yang dapat meningkatkan risiko morbiditas dan mortalitas akibat penyakit kardiovaskular. Hipertensi tidak hanya terjadi pada orang dewasa, tetapi juga dapat ditemukan pada anak dan remaja. Berdasarkan pedoman *American Academy of Pediatrics* (AAP) 2017, kriteria tekanan darah pada anak dan remaja dibedakan berdasarkan usia. Anak usia 1-12 tahun, kategori tekanan darah ditentukan berdasarkan persentil yang disesuaikan dengan usia, jenis kelamin, dan tinggi badan. Tekanan darah dikatakan normal apabila ($<$ persentil ke-90), meningkat/*elevated blood pressure* (\geq persentil ke-90 sampai $<$ persentil ke-95), hipertensi tahap 1 (\geq persentil ke-95 sampai $<$ persentil ke-95 + 12 mmHg), dan hipertensi tahap 2 (\geq persentil ke-95 + 12 mmHg). Remaja usia \geq 13 tahun, klasifikasi tekanan darah menggunakan batas angka seperti orang dewasa, yaitu normal (120/80 mmHg), tekanan darah meningkat/*elevated blood pressure* (120-129 mmHg dengan diastolik $<$ 80 mmHg), hipertensi tahap 1 (\geq 130/80 mmHg), dan hipertensi tahap 2 (\geq 140/90 mmHg) (Hardy & Urbina, 2021).

Hipertensi pada anak yang tidak terdeteksi dan tidak ditangani sejak dini dapat menimbulkan berbagai komplikasi kesehatan di masa depan. Hipertensi pada anak yang tidak tertangani dapat memicu kerusakan organ target seperti jantung, ginjal, dan pembuluh darah. Kondisi ini meningkatkan risiko hipertrofi ventrikel kiri serta penyakit kardiovaskular saat dewasa (Goulding, Rea & Flynn, 2024)

Hipertensi telah menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat utama di dunia. Organisasi Kesehatan Dunia melaporkan bahwa sekitar 1,28 miliar orang dewasa di seluruh dunia hidup dengan hipertensi, dan hampir dua pertiga di antaranya berada di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Kondisi ini diperburuk oleh rendahnya kesadaran masyarakat, di mana sekitar 46% penderita hipertensi tidak mengetahui bahwa mereka mengalami hipertensi, dan hanya sebagian kecil yang memiliki tekanan darah yang terkontrol (World Health Organization, 2024). Hipertensi juga mulai banyak ditemukan pada kelompok usia anak dan remaja. Penelitian yang dipublikasikan dalam *JAMA Pediatrics* tahun 2025 melalui analisis terhadap 271 studi yang melibatkan lebih dari 3,6 juta anak dan remaja di berbagai negara menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi menetap pada anak dan remaja mencapai sekitar 3,89%, sedangkan tekanan darah tinggi sesekali mencapai 11,85%, dengan kecenderungan peningkatan kasus setiap tahunnya (Ruan *et al.*, 2025).

Di Indonesia, hipertensi juga mulai ditemukan pada kelompok usia muda. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi hipertensi pada kelompok usia 15–24 tahun mencapai sekitar 9,3%, namun hanya 0,3% yang mengetahui kondisinya melalui diagnosis tenaga kesehatan, sehingga sebagian besar kasus hipertensi pada usia muda belum terdeteksi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023b).

Provinsi Bali mencatat peningkatan prevalensi hipertensi yang signifikan dari waktu ke waktu. Profil Kesehatan Provinsi Bali tahun 2024 melaporkan bahwa 197.629 laki-laki (49,78%) dan 199.367 perempuan (50,22%) usia >15 tahun mengalami hipertensi (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2024). Kabupaten Gianyar

dengan jumlah estimasi penderita hipertensi berusia diatas 15 tahun sebanyak 37.013 orang dan 27.514 merupakan penderita hipertensi (Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar, 2025). Hasil studi pendahuluan di wilayah kerja Puskesmas Gianyar 2 menunjukkan adanya peningkatan jumlah siswa SMP yang mengalami tekanan darah tinggi. Hasil pemeriksaan dari 1.151 siswa yang menjalani pemeriksaan kesehatan, sebanyak 188 siswa teridentifikasi memiliki tekanan darah tinggi pada bulan September 2025 dan meningkat menjadi 219 siswa pada bulan Desember 2025. Kondisi ini menunjukkan adanya potensi peningkatan kasus hipertensi pada remaja jika tidak dilakukan intervensi yang tepat.

Rendahnya tingkat pengetahuan remaja tentang hipertensi berperan dalam meningkatnya risiko hipertensi pada remaja. Pengetahuan remaja merupakan hasil dari proses pengindraan terhadap suatu informasi melalui pancaindra, yang sangat dipengaruhi oleh akses informasi, pengalaman, serta lingkungan sosial, sehingga rendahnya akses informasi kesehatan dapat menyebabkan kurangnya pemahaman remaja terhadap masalah kesehatan. Penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan, sebagian besar pengetahuan remaja masih tergolong rendah dan mengalami peningkatan setelah diberikan intervensi edukasi kesehatan (Afifah, 2022). Penelitian di Amerika Serikat tahun 2025 menyatakan rata-rata pengetahuan siswa hanya mencapai 6,6 dari skala 10 dan sebanyak 74,9% remaja dengan hipertensi tidak menyadari kondisi yang dialami (Sach, 2025). Penelitian di Indonesia tahun 2025 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja masih tergolong rendah dengan nilai rata-rata $15,04 \pm 2,60$ sebelum diberikan edukasi (Maisa *et al.*, 2025).

Rendahnya tingkat pengetahuan ini berdampak pada kurangnya kesadaran dalam menerapkan perilaku hidup sehat, sehingga meningkatkan risiko terjadinya hipertensi sejak usia muda. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 2 Gianyar, ditemukan bahwa sekitar 10–15 siswa belum mengetahui pengertian hipertensi, faktor risiko, maupun upaya pencegahannya. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan pengetahuan pada remaja di lokasi penelitian, sehingga diperlukan pengkajian lebih lanjut untuk mengetahui tingkat pengetahuan sebagai dasar dalam perencanaan intervensi edukasi yang tepat.

Upaya pencegahan hipertensi yang dilakukan oleh pemerintah Indonesia adalah melalui program CERDIK, yaitu Cek kesehatan berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet seimbang, Istirahat cukup, dan Kelola stress (Abiddin, Sunarno & Mujito, 2023). Program ini dikembangkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia sebagai strategi promotif dan preventif untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dalam mencegah penyakit tidak menular, termasuk hipertensi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Keberhasilan program tersebut sangat bergantung pada efektivitas penyampaian informasi kepada masyarakat, khususnya remaja. Edukasi kesehatan merupakan salah satu upaya efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja, pendidikan kesehatan terbukti mampu meningkatkan pemahaman secara signifikan setelah diberikan intervensi. Penggunaan media edukasi inovatif seperti *emo-demo* juga terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja (Mahmudah *et al.*, 2025).

Penyampaian edukasi kesehatan kepada remaja perlu disesuaikan dengan karakteristik dan kebiasaan media yang digunakan oleh kelompok usia tersebut.

Remaja saat ini sangat aktif menggunakan media sosial sebagai sumber informasi. Laporan *Digital Global Overview* tahun 2024 menunjukkan bahwa lebih dari 60% pengguna internet berusia remaja aktif menggunakan media sosial setiap hari, dan *TikTok* menjadi salah satu *platform* yang paling banyak digunakan oleh kelompok usia muda (Heinert *et al.*, 2024). Penelitian yang dilakukan oleh Meliani, Winarsih & Chunaeni (2025) menunjukkan bahwa penggunaan media *TikTok* yang dikombinasikan dengan demonstrasi berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja. *TikTok* memiliki jangkauan luas dan banyak digunakan oleh remaja, sehingga berpotensi besar sebagai media edukasi kesehatan.

Pemanfaatan media sosial dalam edukasi kesehatan dinilai efektif karena mampu menyampaikan informasi secara menarik dan mudah dipahami. Penelitian pada tahun 2022 yang dipublikasikan dalam *JMIR Public Health and Surveillance* menunjukkan bahwa *TikTok* memiliki potensi besar sebagai media penyebaran informasi kesehatan karena mampu menjangkau audiens luas dan meningkatkan keterlibatan pengguna terhadap konten edukasi kesehatan (Basch *et al.*, 2022). Penelitian edukasi kesehatan berbasis video media sosial menunjukkan bahwa skor pengetahuan remaja meningkat secara signifikan setelah intervensi (Junaidi *et al.*, 2023). Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa video edukasi digital memiliki tingkat keterlibatan pengguna yang lebih tinggi dibandingkan media cetak. Karakteristik *TikTok* yang singkat, visual, dan aksesibel menjadikannya instrumen potensial untuk edukasi kesehatan remaja. Integrasi program CERDIK ke dalam platform ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman remaja mengenai faktor risiko dan pencegahan dini hipertensi (Barriyah *et al.*, 2024).

Penelitian-penelitian terdahulu tersebut masih terbatas pada pemberian edukasi kesehatan secara umum. Kebaruan penelitian ini terletak pada orisinalitas integrasi konten program CERDIK (Cek kesehatan, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet seimbang, Istirahat cukup, dan Kelola stres) ke dalam *platform TikTok* sebagai media intervensi. Fokus utama penelitian ini adalah menguji efektivitas pesan kesehatan terstruktur dalam format video pendek guna meningkatkan pemahaman remaja mengenai faktor risiko dan pencegahan hipertensi secara komprehensif. Hasil studi pendahuluan menunjukkan urgensi intervensi edukasi CERDIK yang interaktif dan inovatif bagi remaja. Pemanfaatan *TikTok* menjadi relevan karena selaras dengan budaya digital remaja, sehingga berpotensi meningkatkan efektivitas penyampaian informasi kesehatan. Penelitian ini penting untuk menguji pengaruh edukasi tersebut pada siswa tingkat SMP, kelompok yang masih terbatas diteliti guna menyediakan alternatif strategi peningkatan literasi kesehatan yang lebih efektif.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Masalah yang di dapat berdasarkan uraian latar belakang tersebut, dapat dirumuskan yaitu, “Apakah ada pengaruh edukasi CERDIK melalui media *TikTok* terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang hipertensi di SMP Negeri 2 Gianyar Tahun 2026?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini secara umum bertujuan mengetahui apakah ada pengaruh edukasi CERDIK melalui media *TikTok* terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang hipertensi di SMP Negeri 2 Gianyar Tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik remaja di SMP Negeri 2 Gianyar.
- b. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan remaja di SMP Negeri 2 Gianyar tentang pencegahan hipertensi sebelum diberikan edukasi CERDIK melalui media *TikTok* di SMP Negeri 2 Gianyar Tahun 2026.
- c. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan remaja di SMP Negeri 2 Gianyar tentang pencegahan hipertensi setelah diberikan edukasi CERDIK melalui media *TikTok* di SMP Negeri 2 Gianyar Tahun 2026.
- d. Menganalisis pengaruh edukasi CERDIK melalui media *TikTok* terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang hipertensi di SMP Negeri 2 Gianyar Tahun 2026.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi ilmiah di bidang keperawatan anak dan kesehatan masyarakat, khususnya terkait efektivitas edukasi CERDIK melalui media *TikTok* dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi. Edukasi diberikan melalui video CERDIK berbasis media *TikTok*, video terdiri dari enam bagian yang menjelaskan konsep CERDIK yaitu Cek kesehatan berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet seimbang, Istirahat cukup dan Kelola stres. Total durasi video sekitar 2-3 menit sehingga mudah dipahami dan menarik bagi masyarakat.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pembendaharaan pustaka dalam bidang kesehatan remaja dan menjadi dasar bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian serupa. Temuan penelitian ini dapat

mengembangkan intervensi edukasi digital yang lebih komprehensif dalam upaya pencegahan hipertensi pada remaja.

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi tenaga kesehatan, khususnya pengelola program promosi kesehatan, dalam merancang dan melaksanakan edukasi CERDIK melalui media digital seperti *TikTok* sebagai upaya meningkatkan pengetahuan remaja tentang pencegahan hipertensi.
- b. Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi mahasiswa keperawatan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat terkait edukasi pencegahan hipertensi dan promosi gaya hidup sehat pada masyarakat.
- c. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi remaja untuk meningkatkan pemahaman mengenai pencegahan hipertensi sehingga mendorong perilaku hidup sehat sejak dini.