

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Negara – Negara maju seperti Amerika Serikat diperkirakan 20% atau satu diantara lima orang penduduknya menderita hipertensi. Tingginya angka kematian akibat penyakit hipertensi menyebabkan sejumlah negara maju bersifat waspada terhadap penyakit tersebut. Menurut *American Heart Association {AHA}*, penduduk Amerika yang berusia diatas 20 tahun menderita hipertensi telah mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa, namun hampir sekitar 90-95% kasus tidak diketahui penyebabnya. Hipertensi merupakan *silent killer* dimana gejala dapat bervariasi pada masing-masing individu dan hampir sama dengan gejala penyakit lainnya (Kemenkes RI, 2014).

Hipertensi masih merupakan tantangan besar di Indonesia. Betapa tidak, hipertensi merupakan kondisi yang sering ditemukan pada pelayanan kesehatan primer kesehatan. Hal itu merupakan masalah kesehatan dengan prevalensi yang tinggi, yaitu sebesar 25,8%, sesuai dengan data RISKESDAS 2013. Di samping itu, pengontrolan hipertensi belum adekuat meskipun obat-obatan yang efektif banyak tersedia. Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran

dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang (Kemenkes, 2016).

Menurut *World Health Organization* (WHO) hipertensi bertanggung jawab setidaknya 45% dari kematian karena penyakit jantung dan 51% kematian akibat stroke. Dilaporkan bahwa sekitar 40% dari orang dewasa berusia 25 tahun ke atas telah didiagnosis hipertensi dengan jumlah peningkatan angka penderita dari 600 juta pada tahun 1980 menjadi 1 milyar pada tahun 2008. Prevalensi hipertensi tertinggi di kawasan Afrika yaitu sebanyak 46% orang dewasa berusia 25 tahun ke atas, sedangkan prevalensi terendah ditemukan di Amerika yaitu sebanyak 36% (Kemenkes, 2016).

Prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui kuesioner terdiagnosis tenaga kesehatan sebesar 9,4 persen, yang didiagnosis tenaga kesehatan atau sedang minum obat sebesar 9,5 persen. Jadi, ada 0,1 persen yang minum obat sendiri. Selanjutnya gambaran di tahun 2013 dengan menggunakan unit analisis individu menunjukkan bahwa secara nasional 25,8% penduduk Indonesia menderita penyakit hipertensi. Jika saat ini penduduk Indonesia sebesar 252.124.458 jiwa maka terdapat 65.048.110 jiwa yang menderita hipertensi. Suatu kondisi yang cukup mengejutkan (Kemenkes, 2016).

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2018, prevalensi hipertensi diagnosis dokter pada penduduk \geq 18 tahun sebesar (7,8%) dan merupakan penyakit tidak menular paling tinggi diderita oleh masyarakat Lampung, berdasarkan (Riskesdas, 2018).

Hipertensi disebabkan oleh berbagai faktor yang sangat mempengaruhi satu sama lain. Kondisi masing-masing orang berbeda sehingga pada setiap orang sangat berlainan. Berikut merupakan faktor-faktor yang menyebabkan hipertensi yaitu toksin, faktor genetic, umur, jenis kelamin, etnis, gaya hidup (stress, kegemukan (obesitas), nutrisi, merokok, narkoba, alkohol, kafein, kurang olahraga, dan kolesterol tinggi (Susilo, 2011)

Dampak hipertensi terhadap kesehatan yaitu menimbulkan kerusakan pada otak (stroke) di Indonesia sebanyak 12,1 %, jantung (hipertensi akan menyebabkan infark miokard yang berdampak pada kebutuhan oksigen pada miokardium tidak terpenuhi kemudian menyebabkan iskemia jantung) sebanyak 1,5% dan ginjal (tekanan darah yang tinggi mengakibatkan kerusakan progresif sehingga gagal ginjal sebanyak 0,2%. Sedangkan di Lampung kejadian stroke sebanyak 4,8%, penyakit jantung sebanyak 0,4%, dan penyakit ginjal sebanyak 0,3% (Kemenkes RI, 2014).

Penanganan hipertensi dapat dilakukan cara farmakologi ataupun non farmakologi, adapun cara pemberian terapi farmakologi dengan pemberian obat – obatan dan nonfarmakologis dengan modifikasi gaya hidup, seperti berolah raga, memperhatikan asupan makan, menurunkan berat badan, menghindari minuman beralkohol, merokok, dan terapi malaise (pijat) (Kemenkes RI, 2014). Terapi non farmakologi dalam pengobatan tradisional yang dapat dilakukan pada penderita hipertensi dapat menggunakan buah mengkudu, daun salam, rumput laut, temu hitam, bawan putih, jantung pisang, dan mentimun (Yekti, 2014).

Pemberian jus mentimun karena memiliki berbagai macam kandungan gizi diantaranya adalah kalium, kalsium, dan magnesium. Berbagai penelitian membuktikan bahwa ada kaitan erat antara intake kalium, kalsium, dan magnesium terhadap penurunan tekanan darah. Semakin rendah intake kalium maka tekanan darah akan semakin tinggi. Intake kalium berpengaruh pada pembuluh darah yaitu kalium akan menurunkan resistensi pembuluh darah perifer yang secara langsung dapat melebarkan arteri, peningkatan pengeluaran air dan natrium dari tubuh, penekanan sekresi renin angiotensin, dan stimulasi dari aktivitas pompa natrium-kalium (Probosari, 2014).

Terapi nonfarmakologis merupakan terapi tanpa menggunakan agen obat dalam proses terapinya. Oleh karena penggunaan obat antihipertensi modern dapat menimbulkan efek samping, maka obat tradisional bisa menjadi pilihan, salah satunya buah mentimun (Soeryoko 2010, dalam Marbun dkk, 2012). Buah mentimun sangat baik di konsumsi untuk pembuluh darah dan jantung, dimana kandungan pada mentimun yang mampu membantu menurunkan tekanan darah, kandungan pada mentimun diantaranya kalium (*potassium*), magnesium, dan fosfor efektif mengobati hipertensi (Dewi. S & Familia.D, 2010, dalam Kusnul & Munir, 2013).

Kalium merupakan elektrolit intraseluler yang utama, dalam kenyataan, 98% kalium tubuh berada di dalam sel, 2% sisanya berada di luar sel, yang penting adalah 2% ini untuk fungsi neuromuskuler, kalium mempengaruhi aktivitas baik otot skelet maupun otot jantung (Brunner & Suddarth 2001, dalam Kusnul & Munir, 2013). Selain itu mentimun juga mempunyai sifat

diuretik yang terdiri dari 90% air mampu mengeluarkan kandungan garam dari dalam tubuh. Mineral yang kaya dalam buah mentimun memang mampu mengikat garam dan dikeluarkan melalui urin (Kholish 2001, dalam Marbun, Marpaung & Samosir, 2012).

Hasil penelitian terdahulu pengaruh jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah didapatkan penurunan yang bermakna pada tekanan darah sistolik ($p = 0,000$) dan tekanan darah diastolik ($p = 0,002$) kelompok perlakuan. Setelah konsumsi jus mentimun, tekanan darah sistolik kelompok perlakuan mengalami penurunan $16,00 + 8,062$ SD mmHg dan diastolik menurun $6,67 + 6,726$ SD mmHg (Probosari, 2014).

Berdasarkan studi pendahuluan di Wilayah kerja Puskesmas Kalirejo Kecamatan Negeri Katon Kabupaten Pesawaran pada tanggal 16 November 2018 didapatkan angka kejadian hipertensi pada tahun 2017 sebanyak 1.170 kejadian, sedangkan pada tahun 2018 didapatkan 1.268 kejadian. Pada tahun 2017 di Desa Kalirejo Kecamatan Negeri Katon Kabupaten Pesawaran didapatkan jumlah Lansia sebanyak 196 (25,03%) penderita hipertensi dari 783 jiwa penduduk lansia. Sedangkan data Januari hingga November tahun 2018 didapatkan 214 (25,29%) lansia penderita hipertensi dari 846 jiwa penduduk lansia.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang” pengaruh jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi Lansia di Desa Kalirejo Kecamatan Negeri Katon Kabupaten Pesawaran tahun 2019”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut penulis merumuskan permasalahan penelitian adalah “Adakah pengaruh jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi Lansia di Desa Kalirejo Kecamatan Negeri Katon Kabupaten Pesawaran tahun 2019?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Diketahui pengaruh jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi Lansia di Desa Kalirejo Kecamatan Negeri Katon Kabupaten Pesawaran tahun 2019.

2. Tujuan khusus

- a. Diketahui rata – rata tingkat tekanan darah pada penderita hipertensi Lansia sebelum diberikan jus mentimun di Desa Kalirejo Kecamatan Negeri Katon Kabupaten Pesawaran tahun 2019.
- b. Diketahui rata – rata tingkat tekanan darah pada penderita hipertensi Lansia sesudah diberikan jus mentimun di Desa Kalirejo Kecamatan Negeri Katon Kabupaten Pesawaran tahun 2019.
- c. Diketahui pengaruh jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi Lansia di Desa Kalirejo Kecamatan Negeri Katon Kabupaten Pesawaran tahun 2019.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi dan sebagai penambahan pemahaman tentang pengaruh jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi Lansia.

2. Praktis

a. Bagi Lansia

Dapat memberikan tambahan informasi tentang pengaruh jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi Lansia.

b. Bagi Puskesmas Kalirejo

Dapat digunakan sebagai bahan atau materi dalam memberikan pelayanan kesehatan terhadap lansia yang mengalami hipertensi tentang penanganan tekanan darah dengan menggunakan jus mentimun.

c. Bagi Universitas Aisyah Pringsewu

Sebagai tambahan literature penelitian sehingga dapat dijadikan sebagai bahan perbandingan penelitian serupa.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menambah pengetahuan peneliti tentang pengaruh jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi Lansia. Sehingga penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan sebagai

penelitian selanjutnya mengenai pengaruh jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi Lansia.

E. Ruang Lingkup

Desain penelitian menggunakan kuantitatif dengan pendekatan satu kelompok (*one group pre test – post test design*). Jenis data yang digunakan adalah data primer yang diambil dari daftar observasi. Subjek penelitian adalah lansia penderita hipertensi. Variabel objek penelitian pengaruh jus mentimun dan tekanan darah pada penderita hipertensi. Penelitian dilaksanakan di Desa Kalirejo Kecamatan Negeri Katon Kabupaten Pesawaran pada bulan Februari – Maret tahun 2019.