

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal. Seseorang dikatakan hipertensi apabila memiliki tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan diastolik  $\leq 90$  mmHg pada pemeriksaan yang berulang. Ratnadewi et al (2023). Menurut (Ariyani, 2020) Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah seseorang 140 mmHg (sistolik) dan atau  $\geq 90$  mmHg (diastolik). Dampak yang disebabkan oleh hipertensi antara lain stroke, gagal ginjal, penyakit jantung koroner, dan dapat menyebabkan kematian.

Berdasarkan data dari WHO (2021) diperkirakan 1.13 juta jiwa didunia mengalami hipertensi dan diperkirakan setiap tahun ada 9, 4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi. Sebanyak 333 juta dari 972 juta pengidap hipertensi berada di negara maju dan sisanya berada di negara berkembang salah satunya Indonesia.(winda Hastuti, Alfika Safitri, 2023)

Menurut kemenkes RI (2019) Prevalensi hipertensi di Indonesia tahun 2018 sebesar 34, 11%. Prevalensi hipertensi pada penduduk di Indonesia yang berusia 45-54 tahun (45, 32%), umur 55-64 tahun (55, 22%), umur 65-74 tahun (63, 22%) dan mengalami peningkatan pada umur  $>75$  tahun (69, 53%). Berdasarkan Profil Kesehatan Jawa Tengah tahun (2021) kasus hipertensi tertinggi berada di Kota Semarang yaitu mencapai 67.101 kasus dan prevalensinya sebanyak 19, 56%. Kota Semarang juga menduduki peringkat pertama untuk kejadian hipertensi pada usia produktif sebanyak 510 pasien (Dinkes Provinsi Jawa Tengah, 2021).(Casmuti & Fibriana, 2023). Menurut BPS kabupaten Klaten pada tahun 2022 penderita Hipertensi di Kabupaten Klaten berjumlah 947.726 kasus. Dari jumlah kasus tersebut diwilayah Puskesmas Kayumas berjumlah 22.297 kasus.

Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif. Umumnya tekanan darah bertambah secara perlahan dengan bertambahnya umur. Resiko untuk penderita hipertensi terjadi pada populasi  $\geq 55$  tahun. yang tadinya darahnya prehipertensi sebelum mereka didiagnosis hipertensi terjadi pada umur di antara dekade ketiga dan dekade kelima, sampai dengan umur 55 tahun, laki-laki lebih banyak menderita hipertensi dibanding perempuan. Dari umur 55-74 tahun, sedikit lebih banyak perempuan dibanding laki-laki yang menderita hipertensi. Pada populasi lansia (umur  $\geq 60$  tahun), prevalensi untuk hipertensi sebesar 65, 4%. (Asadha, 2021)

Penyakit hipertensi merupakan salah satu faktor resiko terpenting yang dapat mengakibatkan penyakit cerebrovaskuler, gagal jantung congestive, stroke, penyakit jantung koroner dan penyakit ginjal yang memiliki angka morbiditas dan mortalitas tinggi. Faktor pemicu hipertensi dapat dibedakan atas yang tidak dapat terkontrol (seperti keturunan, jenis kelamin, dan umur) dan yang dapat dikontrol (seperti kegemukan, kurang olahraga, merokok, serta konsumsi alkohol dan garam), Hipertensi memiliki berbagai faktor resiko yang memiliki keterkaitan erat dengan pemicu terjadinya penyakit tersebut. Berbagai faktor resiko hipertensi meliputi genetik, ras, usia, jenis kelamin mempengaruhi aktivitas baik otot skeletal maupun otot jantung. (Asadha, 2021)

Pengobatan hipertensi dapat dilakukan dengan cara farmakologis, yaitu dengan memberikan obat-obatan anti hipertensi meliputi diuretik, penyekat beta adrenergik atau beta-blocker, vasodilator, penyekat saluran kalsium dan penghambat enzim pengubah angiotensin. Adapun terapi non-farmakologis yang dapat diberikan pada penderita hipertensi adalah terapi nutrisi yang dilakukan dengan manajemen diet hipertensi. Contohnya dengan pembatasan konsumsi garam, mempertahankan asupan kalium, kalsium, dan magnesium serta membatasi asupan kalori jika berat badan meningkat. Selain itu terapi non farmakologis yang sering digunakan masyarakat adalah dengan mengkonsumsi buah, seperti belimbing wuluh, tomat, dan mentimun. Mentimun mengandung zat yang bermanfaat bagi kesehatan seperti kalium, yang bekerja melebarkan pembuluh darah sehingga tekanan darah menurun. Mentimun juga mempunyai

bersifat diuretik karena kandungan airnya yang tinggi sehingga membantu menurunkan tekanan darah dan dapat meningkatkan buang air kecil .(Ratnadewi et al., 2023)

Buah mentimun mempunyai sifat hipotensif (menurunkan tekanan darah). Kandungan air dan kalium dalam mentimun akan menarik natrium ke dalam intraseluler dan bekerja dengan membuka pembuluh darah (vasodilatasi) yang dapat menurunkan tekanan darah. Kandungan kalium yang tinggi akan meningkatkan konsentrasi di dalam cairan intraseluler, sehingga menarik cairan dari bagian ekstraseluler untuk menurunkan tekanan darah karena efek vasodilatasi pembuluh darah tersebut. (Ratnadewi et al., 2023)

(Novela et al., 2023) mengatakan bahwa hasil penenlitian pemberian jus belimbing wuluh dan jus mentimun terhadap penderita hipertensi adalah jus belimbing wuluh memberikan efektifitas penurunan tekanan darah sebesar 7mmHg, sedangkan jus mentimun memberikan efek penurunan tekanan darah sebesar 11mmHg. Menurut peneliti (Desy Novi Yanti, 2023) mengatakan bahwa efektifitas pemberian jus mentimun dan jus tomat untuk penderita Hipertensi membawa hasil yaitu ada perbedaan antara jus mentimun dan jus tomat terhadap penurunan tekanan darah, jus mentimun lebih efektif daripada jus tomat untuk penderita Hipertensi.

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Puskesmas Kayumas didapatkan jumlah prolanis 96 orang diantaranya 55 orang penderita hipertensi. Petugas kesehatan Puskesmas Kayumas melakukan kegiatan prolanis Hipertensi 1 bulan sekali yang dilakukan dengan pemeriksaan tensi, pengukuran berat badan, lingkar perut, penyuluhan tentang hipertensi.

Berdasarkan latar belakang dan studi pendahuluan yang sudah dilakukan, peneliti tertarik untuk meneliti seberapa besar pengaruh turunnya tekanan darah dengan mengkonsumsi jus mentimun. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi penurunan tekanan darah yang ditimbulkan dengan pemberian jus mentimun.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah Implementasi pemberian jus mentimun untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia penderita Hipertensi di Desa Bandungan.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengidentifikasi penurunan tekanan darah tinggi pada lansia dengan pemberian jus mentimun di Desa Bandungan.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mampu melakukan pengkajian hipertensi pada Lansia dengan jus mentimun di Desa Bandungan.
- b. Mampu merumuskan diagnosa hipertensi pada Lansia dengan jus mentimun di Desa Bandungan.
- c. Mampu menyusun intervensi dari diagnosa hipertensi pada Lansia dengan jus mentimun di Desa Bandungan.
- d. Melaksanakan implementasi terhadap intervensi hipertensi pada Lansia dengan jus mentimun di Desa Bandungan.
- e. Mampu menganalisa antara teori dan praktik terkait asuhan keperawatan hipertensi pada Lansia dengan jus mentimun di Desa Bandungan.
- f. Mampu mendokumentasikan asuhan keperawatan hipertensi pada Lansia dengan jus mentimun di Desa Bandungan.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Teoritis**

Hasil penelitian studi kasus ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan tentang Terapi Non-Farmakologi pemberian jus mentimun terhadap penurunan tekanan darah tinggi pada lansia penderita Hipertensi.

## 2. Praktis

### a. Bagi Penulis

Hasil penelitian studi kasus ini diharapkan menjadi pengalaman, penambah wawasan dan pengetahuan bagi penulis dalam menyusun karya tulis ilmiah serta mengetahui Asuhan Keperawatan Dengan Penerapan Terapi Non-Farmakologi Pemberian Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Lansia Penderita Hipertensi.

### b. Bagi Institusi

Karya tulis ilmiah ini dapat memberikan kontribusi terhadap perkembangan ilmu keperawatan serta merupakan sumber informasi sebagai pertimbangan dalam memberikan intervensi mandiri pada penderita Hipertensi.

### c. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian Karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat menjadi salah satu landasan pengembangan tenaga kesehatan untuk merancang perencanaan program- program yang bisa meningkatkan pengetahuan pasien kepada penderita hipertensi untuk membantu menurunkan atau mengontrol tekanan darah tinggi.