

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah seseorang secara terus-menerus sehingga menyebabkan peningkatan risiko timbulnya penyakit kardiovaskuler, seperti stroke, penyakit jantung koroner, hingga gagal jantung. Penyakit hipertensi ini juga merupakan salah satu penyakit yang menjadi masalah kesehatan utama dalam masyarakat saat ini.

Menurut data WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2021 berdasarkan analisis global komprehensif mengenai prevalensi dan pengendalian penyakit hipertensi yang dilakukan oleh Imperial College London dan WHO mengatakan jumlah orang dewasa berusia antara 30-79 tahun penderita hipertensi telah meningkat dari 650 juta jiwa menjadi 1,28 miliar dalam kurun waktu tiga puluh tahun terakhir akibat dari pertumbuhan populasi, proses penuaan dan kurangnya masyarakat dalam melakukan pemeriksaan dan pengobatan mengenai hipertensi (World Health Organization (WHO) Joint News Release, 2021).

Data dari Badan Statistik Pusat (BPS) juga menunjukkan prevalensi penyakit hipertensi di Indonesia menurut hasil Rikesdas tahun 2018 menunjukkan peningkatan angka hingga 3-5 % dibandingkan dengan angka penyakit hipertensi pada tahun 2016 dan 2013 yang di ambil melalui data Riskesdas 2013 dan Sikernas 2016 (Badan Pusat Statistik, 2021).

Hasil Rikesdas (2018) mengungkapkan bahwa prevalensi penyakit hipertensi berdasarkan diagnosis dokter dan penduduk yang rutin mengkonsumsi obat antihipertensi di Indonesia sebesar 8,36%, sedangkan prevalensi penyakit hipertensi di Bali yaitu sebanyak 9,27% (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Kasus hipertensi pada laporan Rikesdas Provinsi Bali tahun 2018 menunjukkan prevalensi penderita hipertensi pada umur ≥ 18 tahun mencapai angka tertinggi sebesar 30,99% berdasarkan data penyakit hipertensi yang didiagnosa oleh dokter (Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019). Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Bali juga mencatat 10 besar penyakit terbanyak pada pasien rawat jalan tingkat lanjut di Provinsi Bali tahun 2019 penyakit hipertensi khususnya hipertensi essensial termasuk 3 penyakit dengan diagnosa paling tinggi (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2020).

Data menurut Dinas Kesehatan Kota Denpasar pada tahun 2021 memperkirakan ada sebanyak 126.830 jiwa penderita hipertensi di seluruh kota Denpasar dan sebanyak 66.902 diperkirakan sudah mendapatkan pelayanan sesuai standar (Dinas Kesehatan Kota Denpasar, 2022). Pada laporan kesehatan tahunan Dinas Kesehatan Kota Denpasar didapatkan data melalui pengumpulan surveilans terpadu penyakit tidak menular di puskesmas diperoleh bahwa hipertensi essensial merupakan lima penyakit terbanyak yang diderita oleh masyarakat di kota Denpasar.

Beberapa faktor dikaitkan dengan peningkatan tekanan darah diantaranya faktor genetik, usia jenis kelamin selain itu, faktor lingkungan luar juga termasuk beberapa faktor yang berisiko menyebabkan tekanan darah seseorang meningkat antara lain aktivitas fisik, konsumsi alkohol berlebih serta berbagai komponen diet

makanan termasuk kelebihan berat badan, kelebihan asupan natrium, asupan kalium, kalsium, magnesium, protein (terutama dari sayuran) serta, dan lemak ikan yang kurang mencukupi dapat menjadi sebagian penyebab meningkatnya tekanan darah seseorang. Berdasarkan salah satu intervensi nonfarmakologi bagi pasien hipertensi selain diet DASH pada pedoman disarankan untuk melakukan peningkatan asupan diet kalium dengan menargetkan 3500-5000 mg/hari dan sebaiknya dengan mengkonsumsi makanan kaya kalium (Whelton *et al.*, 2018).

Kejadian hipertensi juga meningkat seiring bertambahnya usia. Lansia merupakan seseorang dengan usia mencapai 60 tahun ke atas. Menurut data Badan Pusat Statistik tercatat sebanyak 63,65% lansia berumur 60-69 tahun (Badan Pusat Statistik, 2021b). Lansia biasanya mengalami proses degeneratif yang mengakibatkan penurunan pada daya fungsi tubuh proses penuaan pada lansia juga banyak terjadi pada daerah gigi serta mulut yang mengakibatkan perubahan pada bentuk serta struktur dan fungsi gigi yang menjadi penghambat bagi lansia dalam mengkonsumsi berbagai macam jenis dan tekstur makanan salah satunya adalah konsumsi sayur dan buah (Pioh dkk, 2018). Pada laporan Rikesdas 2018 terdapat data yang menunjukkan proporsi konsumsi buah atau sayur dalam seminggu pada penduduk umur ≥ 5 tahun, sebanyak 66,5% hanya mengkonsumsi 1-2 porsi buah dan sayur dalam seminggu sedangkan sebanyak 10,7% mengatakan tidak mengkonsumsi buah dan sayur dalam seminggu (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Borgi *et al.*, (2016) juga mengatakan dengan mengkonsumsi buah dan sayur secara rutin dalam jangka panjang dapat menurunkan risiko terjadinya hipertensi.

Pengobatan hipertensi dapat dilakukan dengan 2 metode pengobatan antara lain pengobatan dengan terapi farmakologis dan terapi non-farmakologis. Terapi farmakologi yaitu terapi pengobatan dengan memakai obat-obatan seperti obat antihipertensi untuk menurunkan tekanan darah, sedangkan terapi nonfarmakologis terapi yang menggunakan alternatif lain selain obat-obatan yaitu terapi alternatif seperti pemberian terapi komplementer berupa modifikasi untuk mengatasi kurangnya konsumsi buah dan sayur agar terlihat lebih menarik dan tidak membosankan saat dikonsumsi (Somantri, 2020).

Salah satu modifikasi dalam mengonsumsi buah dan sayur yaitu dengan dibuat jus. Asupan jus dengan buah atau sayuran yang mengandung tinggi kalium, magnesium, serat dan rendah natrium merupakan salah cara untuk mengurangi risiko tekanan darah tinggi. Tomat dan mentimun termasuk makanan dengan komposisi gizi yang baik untuk membantu menurunkan tekanan darah. Dalam 100 gram tomat dan 100 gram mentimun terkandung kalium sebanyak 169,50 mg, serat sebanyak 1,56 g dan magnesium sebanyak 16,76 mg. Kalium dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik dengan membatasi pelepasan renin sehingga terjadi peningkatan ekskresi natrium dan air di dalam tubuh (Ilma & Wirawanni, 2015). Magnesium berperan dalam mengatur tekanan darah melalui modulasi tonus dan kontraktibilitas otot polos pembuluh darah dengan mengontrol konsentrasi dan ketersediaan ion kalsium (Dominguez et al., 2020).

Penelitian pada tahun 2018 yang dilakukan di Desa Lawang pada penderita hipertensi sebanyak 30 orang diberikan 200 ml jus tomat hasilnya terdapat penurunan rata-rata tekanan darah sistolik 3,22 mmHg dan tekanan darah diastolik 0,88 mmHg (Hidayah dkk, 2018). Penelitian mengenai pengaruh jus mentimun

terhadap tekanan darah juga dilakukan pada tahun 2020 sebanyak 12 orang penderita hipertensi diberikan 100 ml jus mentimun hasilnya didapatkan penurunan rata-rata tekanan darah sistolik sebesar 34,00 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 4,67 mmHg (Lestari & Nuraeni, 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Lavenia dan Nurdin (2015) penelitian ini menggunakan rancangan penelitian one grup pretest posttest pada 10 responden dianalisa menggunakan uji paired sample T-test dengan signifikansi α 0,05. Hasil yang didapatkan yaitu hasil nilai mean 28.000 dan *p-value* sebesar 0.000 sehingga terdapat pengaruh pemberian campuran jus tomat dan mentimun terhadap tekanan darah penderita hipertensi. Penelitian ini memiliki jumlah responden yang sedikit serta perbedaan design penelitian membuat peneliti tertarik untuk mengambil topik penelitian ini selain itu, banyak peneliti yang sudah melakukan penelitian tersendiri terkait pengaruh pemberian jus tomat maupun pemberian jus mentimun tetapi masih sedikit hasil penelitian yang membahas mengenai pemberian campuran jus tomat dan mentimun terhadap tekanan darah.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat didapatkan data bahwa sebanyak 312 orang yang mendapat pelayanan kesehatan selama bulan januari terdiagnosa hipertensi oleh dokter. Berdasarkan hasil wawancara juga didapatkan para penderita hipertensi belum mengetahui terapi alternatif lain yang bisa dilakukan dalam mengatasi hipertensi selain pemberian obat antihipertensi. Berdasarkan latar belakang di atas peneliti menjadi tertarik untuk meneliti topik pengaruh pemberian campuran jus tomat dan jus mentimun terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang penelitian diatas dapat dirumuskan masalah di dalam penelitian ini adalah “Apakah Ada Pengaruh Pemberian Campuran Jus Tomat dan Mentimun Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas 1 Denpasar Barat Tahun 2023?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian campuran jus tomat dan mentimun terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tekanan darah lansia hipertensi sebelum diberikan campuran jus tomat dan mentimun
- b. Mengidentifikasi tekanan darah lansia hipertensi setelah diberikan campuran jus tomat dan mentimun
- c. Menganalisa pengaruh pemberian campuran jus tomat dan mentimun terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan peneliti setelah melakukan proses penelitian antara lain:

1. Manfaat teoritis

- a. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai pengetahuan ilmiah dalam bidang keperawatan dalam perkembangan ilmu mengenai pengobatan alternatif hipertensi melalui pemberian campuran jus tomat dan mentimun terhadap lansia hipertensi
- b. Sebagai acuan bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian serupa mengenai pengaruh pemberian campuran jus tomat dan mentimun terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi dengan mengembangkan dari kelemahan penelitian ini.

2. Manfaat praktis

a. Bagi perawat

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi atau gambaran dalam bidang kehatan mengenai pengobatan hipertensi melalui penelitian ini.

b. Bagi puskesmas

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam bidang praktik klinik keperawatan khususnya dalam hal pengobatan alternatif untuk penderita hipertensi.

c. Bagi masyarakat

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber yang bermanfaat dalam memberikan informasi dan pengetahuan mengenai pengobatan alternatif bagi penderita hipertensi.