

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Saat ini kejadian penyakit banyak mengalami perubahan yang ditandai dengan transisi epidemiologi ditandai dengan perubahan pola penyakit dan kematian yang semula di sominasi oleh penyakit menular beralih kepenyakit tidak menular, salah satu penyakit tidak menular yaitu hipertensi (Irwan, 2016). Hipertensi termasuk penyakit yang mendapat perhatian banyak kalangan masyarakat mengingat dampak yang ditimbulkannya baik jangka panjang maupun pendek. Saat ini hipertensi telah mengIntai usia produktif dan menjadi faktor resiko ketiga terbesar yang menyebabkan kematian dini. Penyakit ini banyak dijumpai dikenal sebagai *the silent killer* atau pembunuh secara diam-diam karena banyak kasus tidak muncul gejala hingga terjadi komplikasi serius dan bila tidak segera diobati (Darmawan, 2012).

Hampir 1 miliar orang di seluruh dunia memiliki tekanan darah tinggi. Hipertensi adalah salah satu penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Di tahun 2020 sekitar 1,56 miliar orang dewasa akan hidup dengan hipertensi. Hipertensi membunuh hampir 8 miliar setiap tahun di dunia dan hampir 1,5 juta orang setiap tahunnya di kawasan Asia Timur, Selatan. Sekitar sepertiga dari orang daerah di Asia Timur, Selatan menderita hipertensi menurut (WHO, 2015). Penyakit tekanan darah tinggi telah mengakibatkan kematian sekitar 8 juta orang setiap tahun, di mana 1,5 kematian terjadi di Asia Tenggara yang sepertiga populasinya menderita hipertensi (Depkes, 2017).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (2013), prevalensi hipertensi di Indonesia yang di dapat melalui pengukuran pada umur kurang lebih 18 tahun sebesar 22,8 %, di mana angka tertinggi di Bangka Belitung (30,9 %), di ikuti Kalimantan Selatan (30,8 %), Kalimantan Timur (29,6 %) dan Jawa Barat (29,4 %). Sedangkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 oleh badan penelitian

dan pengembangan Kemenkes Republik Indonesia bahwa menunjukkan prevalensi hipertensi nasional sebesar 31,7%. Dari jumlah itu, 60% penderita hipertensi berakhir pada stroke, sedangkan sisanya pada jantung, gagal ginjal, dan kebutaan. Selain itu, hasil Riset Kesehatan Dasar 2018 menyatakan untuk angka kejadian hipertensi di Indonesia naik menjadi 34,1%. Wilayah Jawa Tengah menempati urutan ke 10 dengan jumlah total (26,4 %). Untuk prevalensi hipertensi menurut Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah 2016. Jumlah penduduk beresiko (>18 tahun) yang dilakukan pengukuran tekanan darah pada tahun 2016 tercatat sebanyak 5.292.052 atau 20,16 %. Prevalensi hipertensi menurut Dinas Kesehatan Sukoharjo penderita hipertensi mengalami peningkatan menjadi 26.789 orang. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan pada tanggal 15 Februari 2019 di Dinas Kesehatan Sukoharjo didapat hasil total 26.789 jiwa menderita hipertensi pada tahun 2018. Prevalensi penderita hipertensi terus meningkat dari tahun ke tahun dikarenakan meningkatnya usia harapan hidup, berhubungan dengan pola hidup antara lain: merokok, konsumsi minuman beralkohol (Depkes, 2017).

Hipertensi merupakan gangguan sistem peredaran darah sehingga terjadi peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik melebihi 140/90 mmHg (Smeltzer & Bare, 2015). Hipertensi pada populasi dewasa sekitar 20%. Sebagian kecil kasus kenaikan darah yang disebabkan oleh penyempitan arteri renalis atau penyakit parenkim ginjal, obat, disfungsi organ. Tumor dan kehamilan yang disebut dengan hipertensi sekunder, sedangkan lebih dari 90 % tidak diketahui penyebabnya disebut dengan hipertensi primer (Smeltzer & Bare, 2015).

Hipertensi adalah suatu keadaan kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri. Keadaan tersebut mengakibatkan jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah ke seluruh tubuh melalui tekanan darah. Hal ini dapat menggagu aliran darah, merusak pembuluh darah, bahkan menyebabkan penyakit degenerasi, hingga kematian (Tim Bumi Medika, 2017).

Sebagian besar penderita hipertensi tidak menimbulkan gejala. Berbagai macam pencetus awal tekanan darah tinggi diantaranya gaya hidup, faktor lingkungan, pola makan yang tidak terkontrol, obesitas, perokok, stres, konsumsi garam berlebih dan kurang olahraga. Faktor resiko hipertensi yang tidak dapat di ubah di antaranya umur, jenis kelamin, riwayat keluarga, genetik. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia membuat kebijakan yaitu mengembangkan dan memperkuat kegiatan deteksi dini hipertensi secara aktif (skrining) sebagai upaya pencegahan dan penanggulangan hipertensi yang di mulai dengan meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menuju ke perubahan pola hidup sehat melalui promosi kesehatan seperti diet sehat dengan cara makan cukup sayur, buah, rendah garam dan lemak, rajin melakukan aktifitas dan tidak merokok. Apabila penyakit hipertensi tidak segera di tangani maka akan terjadi komplikasi penyakit diantaranya stroke, serangan jantung, edema paru, gagal ginjal, kebutaan fungsi pendengaran menurun (Ekawati, 2016).

Penyakit ini tidak dapat disembuhkan namun dapat di kontrol, untuk mengontrol hipertensi kita dapat memanfaatkan pengobatan secara farmakologis dengan menggunakan obat-obatan antihipertensi (Dwipayanti, 2011). Terapi non farmakologis merupakan terapi tanpa menggunakan agen obat dalam proses terapinya seperti sayur-sayuran, dan buah-buahan segar dengan cara di olah menjadi jus, sedangkan terapi farmakologis menggunakan obat atau senyawa yang dalam kerjanya dapat mempengaruhi tekanan darah pasien (Pinzon, 2009).

Banyak orang yang sudah banyak memanfaatkan pengobatan hipertensi dengan tanaman herbal, seperti timun, bawang putih, labu siam, seledri, semangka, daun salam dan masih banyak lagi. Salah satu buah-buahan yang dapat menurunkan tekanan darah adalah semangka. Masyarakat lebih banyak menggunakan buah semangka untuk menurunkan tekanan darah tinggi karena buahnya mudah di dapatkan, harga terjangkau, daging buahnya lebih segar, warna buahnya lebih menarik, tidak menggunakan biaya yang mahal dan bisa dibuat jus dengan mudah. Semangka dapat menurunkan tekanan darah tinggi

karena mengandung kalium yang berfungsi untuk meningkatkan kerja jantung dan citrulline yang mampu mendorong aliran darah ke seluruh bagian tubuh (Hariana, 2013).

Konsumsi buah semangka memiliki beberapa keunggulan dibandingkan dengan menggunakan obat contohnya *thiazid*, salah satunya yaitu tidak menyebabkan efek samping hipokalemia., karena semangka mengandung kalium 82 mg/100 gram daging buah semangka.

Namun harus diperhatikan pada penderita pembesaran prostat disarankan untuk tidak terlalu banyak mengonsumsi buah semangka karena akan meningkatkan produksi urin dan akan susah dikeluarkan. Selain itu buah semangka tidak boleh dikonsumsi dengan gula aren karena dapat membentuk racun. Hal ini sangat mengganggu pada orang yang pencernaannya lemah. Racun ini dapat menimbulkan kejang dan diare sampai menyebabkan kematian (Puspaningtyas, 2013).

Berbagai penelitian untuk melihat keefektifan buah-buahan dalam menurunkan tekan darah. Penelitian yang di lakukan Manno, Soputri, dan Simbolon (2016) pada 15 perempuan penderita hipertensi stadium satu menunjukkan pemberian buah semangka memiliki efek yang signifikan terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi. Peneliti terkait yang di lakukan Ismalia dan Zuraida (2016), tentang kandungan *likopen*, *bioflavonoid*, dan kalium pada buah tomat yang memiliki efek antioksidan dan diuretik berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Penelitian lain yang di lakukan oleh Berawi dan Pasya (2016), kandungan kalium dan serat yang tinggi serta rendah natrium pada buah belimbing manis dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Terdapat 4.968 jiwa penderita hipertensi di Puskesmas Sukoharjo pada tahun 2018 Hasil wawancara dari 5 responden terdapat 3 responden ketika tekanan darah naik hanya diberi obat *amlodipin* sedangkan 2 responden menggunakan obat dan tanaman herbal seperti rebusan ketumbar. Responden

mengatakan jika tekanan darah tidak turun dengan pengobatan tersebut, maka responden menggunakan pengobatan non-farmakologis untuk membantu menurunkan hipertensi yaitu dengan rebusan ketumbar.

Responden mengatakan bahwa mereka belum tahu kebenarannya dengan jus semangka efektif untuk menurunkan hipertensi, sehingga penulis tertarik untuk mengaplikasikan di komunitas tentang penerapan pemberian jus semangka untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi primer.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana penurunan tekanan darah pada hipertensi primer dengan penerapan pemberian jus semangka untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi primer.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mendeskripsikan hasil penerapan pemberian jus semangka untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi primer

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil sebelum penerapan pemberian jus semangka untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi primer.
- b. Mendeskripsikan hasil setelah penerapan pemberian jus semangka untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi primer.
- c. Mendeskripsikan perbedaan hasil sebelum dan sesudah penerapan pemberian jus semangka untuk menurunkan tekanan darah.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi responden

Menambah informasi pada keluarga tentang pengaruh pemberian jus semangka untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi primer.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang penerapan pemberian jus semangka untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi primer.

3. Bagi masyarakat

Menambah wawasan atau informasi kepada masyarakat tentang penerapan pemberian jus semangka untuk menurunkan tekan darah pada penderita hipertensi primer.

4. Bagi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan untuk meningkatkan pelayanan kesehatan dalam mengatasi masalah hipertensi dikalangan masyarakat dengan metode penerapan pemberian jus semangka untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi primer.

5. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dijadikan bahan ajar tambahan didalam mata kuliah khususnya untuk mata kuliah praktik laboratorium yaitu tentang penerapan pemberian jus semangka untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi primer.