

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Hipertensi merupakan penyakit kardiovaskuler yang perlu mendapatkan perhatian. Dampaknya dapat membahayakan keselamatan jiwa. Hipertensi yang tidak tertangani dengan baik dapat berujung pada kematian. Hipertensi dapat menyebabkan Penyakit Jantung Koroner dan Stroke (Lanny,2012) seperti dikutip Fahriza *et al*, (2014). Hipertensi adalah suatu keadaan seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas (2018).

Data WHO (World Health Organization) tahun 2016, menyatakan bahwa di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Prevalensi hipertensi di negara-negara maju cukup tinggi,yaitu mencapai 37%, sementara di negara-negara berkembang 29,9%. Jumlah pengidap hipertensi sangat banyak yaitu 972 juta, 333 juta berada di negara maju dan sisanya 639 juta berada di negara berkembang. Prevalensi hipertensi pada penderita perempuan lebih tinggi yaitu 37%, sedangkan pria 28%. Berdasarkan data WHO terjadi peningkatan kasus sebanyak 400 kasus dari tahun 1980 sampai tahun 2008 dan di prediksi kasus hipertensi akan mencapai 1,56 miliar di tahun 2025 (Andika *et al*, 2018).

Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Departemen kesehatan tahun 2013 menyatakan untuk angka kejadian hipertensi di indonesia mencapai sekitar 25,8% berdasarkan pengukuran tekanan darah. Prevalensi hipertensi di indonesia,kelompok usia 55-64 tahun sebesar 45,9%, pada kelompok usia 65-74 tahun sebesar 57,6% dan pada kelompok usia >75 tahun sebesar 63,8%. Resiko hipertensi meningkat bermakna sejalan dengan bertambahnya usia mempunyai beresiko tinggi terserang hipertensi (Riskesdas, 2013). Hasil Riset kesehatan dasar tahun 2015 oleh Badan Penelitian dan Pengembangan kemenkes Republik Indonesia bahkan

menunjukkan prevalensi hipertensi nasional sebesar 31,7%. Dari jumlah itu, 60% penderita hipertensi berakhir pada stroke, sedangkan sisanya pada jantung ,gagal ginjal dan kebutaan. Hasil Riskesdas 2018 menyatakan untuk angka kejadian hipertensi di indonesia naik dari 31.7% menjadi 34,1%. Kenaikan prevalensi penyakit hipertensi ini berhubungan dengan pola hidup antara lain merokok, konsumsi minuman beralkohol, aktifitas fisik, serta konsumsi buah dan sayur.

Berkembangnya Hipertensi sangat dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan merokok, stres, riwayat keluarga, kebiasaan mengkonsumsi makanan tinggi lemak, dan konsumsi makanan rendah kalium, natrium tinggi ,usia obesitas, konsumsi alkohol, jenis kelamin dan merokok (Ardiansyah,2012). Penyakit Hipertensi yang berlangsung dalam jangka waktu yang lama dapat memicu terjadinya kerusakan pada organ-organ vital. dan dapat menimbulkan penyakit yang lebih serius seperti kerusakan ginjal (gagal ginjal), jantung, (penyakit jantung korener), otak (stroke). Hal ini dapat timbul bila tidak dilakukan pemeriksaan dini dan pengobatan yang adekuat. Banyak penderita hipertensi yang tekanan darahnya tidak terkontrol yang dapat meningkatkan resiko hipertensi menuju penyakit yang lebih serius (Kemenkes RI,2014).

Hipertensi dapat dikendalikan dengan pengobatan farmakologi dan nonfarmakologi. Pengobatan farmakologi merupakan pengobatan menggunakan obat anti hipertensi untuk menurunkan tekanan darah Marliani dan Tantan (2007). Pengobatan anti hipertensi antara lain dengan ACE inhibitor, diuretik, antagonis kalsium dan vasodilator. Pengobatan jangka panjang membutuhkan biaya yang cukup dan menimbulkan efek samping bagi tubuh, disamping itu masyarakat sering tidak mematuhi untuk minum obat anti-hipertensi secara teratur, sehingga masyarakat memilih menggunakan pengobatan non-farmakologi. Pengobatan non farmakologi merupakan pengobatan tanpa obat-obatan, dengan merubah gaya hidup menjadi lebih sehat dan meghindari faktor-faktor yang dapat berisiko.salah

satu bentuk pengobatan non farmakologi dalam mengatasi hipertensi yaitu dengan pengobatan herbal. salah satu pengobatan herbal pada penderita hipertensi adalah dengan minum air kelapa muda.

Hasil Penelitian yang dilakukan oleh (Fadlilah,dkk. 2018) menyatakan bahwa terdapat hasil perbedaan tekanan darah diastolik dan sistolik. sebelum dan sesudah diberikan air kelapa muda. peneliti yang dilakukan oleh Maya dan Firnanda (2018). menyatakan bahwa pemberian air kelapa muda secara teratur lebih efektif untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia di puskesmas nagaswidak Palembang. Hasil Penelitian yang dilakukan menyatakan bahwa rata rata tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum diberikan air kelapa muda adalah tekanan terendah adalah 130/90 mmHg dan yang tertinggi 220/100 mmHg.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Fahrizaet al (2014) menyatakan bahwa terdapat hasil perbedaan tekanan darah diastolik dan sistolik. sebelum dan sesudah diberikan air kelapa muda. Penelitian yang dilakukan oleh Fahrizaet al (2014) menyatakan bahwa pemberian air kelapa muda secara teratur lebih efektif untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia di desa tambahrejo kabupaten batang. Hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum diberikan air kelapa muda kategori dewasa adalah sistolik 150,00 mmHg dan diastolik 95,00 mmHg. Kategori pra lansia adalah sistolik 173,2 mmHg dan diastolik 104,38 mmHg, kategori lansia adalah sistolik 166,25 mmHg dan distolik 100,00 mmHg.

Hasil penelitian yang dilakukan Andikaet al (2018) menyatakan bahwa terdapat hasil perbedaan tekanan darah diastolik dan sistolik. sebelum dan sesudah diberikan air kelapa muda. Penelitian yang dilakukan sari dan sustrami (2018). menyatakan bahwa pemberian air kelapa muda secara teratur lebih efektif untuk menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia di Posyandu Usila Puskesmas Perak Timur Surabaya. Hasil penelitian di dapatkan skor rata-rata tekanan darah sistolik pre test yaitu 147,69 mmHg dengan standar

deviasi 8,771 dan skor rata-rata tekanan darah sistolik post test yaitu 130,19 mmHg dengan standar deviasi 9,598. Sedangkan skor rata-rata tekanan darah diastolik pre test yaitu 94,42 mmHg dengan standar deviasi 5,774 dan skor rata-rata tekanan darah diastolik post test yaitu 88,46 mmHg dengan standar deviasi 7,511.

Air kelapa muda merupakan air yang biasa ditemukan pada buah kelapa muda yang masih muda, memiliki rasa yang manis dan segar. Air kelapa muda mengandung kalium 7300 mg/L dan natrium 1830 mg/L. Air kelapa juga mempunyai kandungan seperti gula, protein, kalium, kalsium, magnesium, vitamin C. Air kelapa muda yang berumur 6-8 bulan mempunyai kandungan kadar kalium tertinggi dan kadar natrium terendah. Kandungan kalium yang tinggi pada air kelapa muda dapat menurunkan tekanan darah. Air kelapa muda dapat digunakan dalam penanganan penyakit hipertensi (Oktaviani, 2013).

Air kelapa muda mengandung sejumlah zat gizi yang lengkap dan bermanfaat untuk tubuh. Banyak yang menyebutkan air kelapa muda merupakan minuman isotonik alami. Kandungan gizi yang terdapat pada air kelapa muda adalah protein, lemak, karbohidrat, gula, vitamin elektrolit dan hormon pertumbuhan. Jenis gula yang terkandung dalam air kelapa muda adalah sukrosa, glukosa, fruktosa dan lebih manis dari sorbitol. Gula ini yang menyebabkan air kelapa muda lebih manis dari air kelapa tua. Air kelapa juga mengandung mineral seperti kalium dan natrium. Mineral-mineral tersebut diperlukan dalam proses metabolisme (Warisno, 2004).

Pada sebagian masyarakat penderita hipertensi kurang mengetahui tentang manfaat air kelapa muda, yang dapat menurunkan tekanan darah. Oleh sebab itu, dengan adanya pengembangan media Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE). Masyarakat akan lebih mudah mendapatkan informasi seputar kesehatannya. Seiring perkembangan teknologi media tidak hanya sebagai penyalur informasi dan berita. Media bisa digunakan menjadi salah satu komponen penting dalam pendidikan kesehatan. Penggunaan poster

sebagai sarana informasi kesehatan kini mulai dikembangkan seiring dengan kemajuan teknologi saat ini. Pemberian informasi kesehatan melalui poster memiliki kelebihan dalam memberikan informasi, karena lebih mudah dipahami serta lebih flexible apabila ditempelkan terutama pada fasilitas-fasilitas kesehatan, Poster melibatkan indra penglihatan dengan metode poster yang dikemas secara menarik.

Oleh karena itu penulis ingin memberikan edukasi melalui pengembangan media KIE dengan mengusung tema Manfaat pemberian air kelapa muda terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi melalui media poster. Hal ini bertujuan untuk menambah pengembangan teknologi dalam dunia kesehatan dan juga dapat menambah pengetahuan penderita hipertensi dan dengan melalui media poster ini apabila ditempelkan di fasilitas-fasilitas layanan kesehatan seperti Puskesmas, Posyandu, Rumah Sakit diharapkan dapat dipahami serta memberikan informasi pada setiap orang yang membaca poster tersebut.

B. Tujuan Umum

Memberikan pengetahuan kepada masyarakat luas bahwa manfaat air kelapa muda tidak hanya digunakan untuk campuran pembuatan es kelapa muda saja tetapi dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. kandungan kalium pada air kelapa muda yang tinggi berguna untuk menurunkan tekanan darah karena peran kalium dalam menurunkan tekanan darah diperkirakan melalui efek sentral yaitu penurunan aktivitas renin angiotensin aldosterone (RAA) dan peningkatan Na pump yang menurunkan aktivitas saraf simpatis.

C. Manfaat

Pengembangan media informasi dan edukasi melalui media poster ini memberikan manfaat antara lain :

1. Untuk memudahkan penyebaran informasi yang ditujukan ke masyarakat luas.
2. Untuk memberi suatu motivasi ataupun inspirasi pada setiap pembaca.
3. Bagi seseorang yang memiliki kemampuan dalam design grafis,poster dapat dijadikan suatu sumber penghasilan.
4. Sebagai alat untuk memberi kritik,saran dan motivasi yang ditujukan untuk masyarakat umum.

