

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Peningkatan tekanan darah yang lebih dari 140/90mmHg disebut dengan hipertensi atau darah tinggi (*WHO, 2014*). Satu milyar orang di dunia menderita hipertensi. Prevalensi hipertensi akan terus meningkat drastis dan diprediksi pada tahun 2025 diperkirakan sebanyak 1,56 milyar jiwa dewasa akan hidup dengan hipertensi. Hipertensi telah mengakibatkan kematian sekitar 8 juta jiwa setiap tahunnya, dimana 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara yang 1/3 populasinya menderita hipertensi (*WHO, 2014*). Hipertensi disebut juga dengan “*silent killer*” (pembunuh diam-diam). Hipertensi harus di tangani dengan tepat, karena akan berisiko timbul komplikasi seperti *Cerebral Vascular Accident (CVA)*, gagal jantung, gagal ginjal dan lainnya (*American Heart Association (AHA)*). Hipertensi menurut diagnosa dokter atau minum obat dan hasil pengukuran tekanan darah pada penduduk yang berumur  $\geq 18$  tahun di Indonesia sebesar 34,1% (*Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar), 2018*).

Penduduk yang berumur lebih dari 60 tahun disebut dengan lansia (lanjut usia) (*Lacerdaa dkk, 2016*). Lansia di Indonesia juga semakin meningkat dari tahun ke tahun. Pada tahun 2018 terdapat 9,27% atau sekitar 24,49 juta lansia dari seluruh penduduk. Angka ini meningkat dibandingkan tahu sebelumnya yang hanya 8,97% atau sekitar 23,4 juta lansia di Indonesia (*Badan Pusat Statistik, 2018:3*).

Faktor resiko yang dapat menyebabkan terjadinya hipertensi ada dua kelompok yaitu faktor resiko tidak dapat diubah (primer) seperti genetik, jenis kelamin, usia, ras dan faktor resiko yang dapat diubah (sekunder) seperti pola makan, kebiasaan berolahraga, stress, merokok, obesitas, alkohol. Pada lansia dipengaruhi faktor keduanya primer dan sekunder (*Suhadak, 2010*).

Penatalaksanaan hipertensi terdiri dari terapi farmakologi dan non farmakologi. Pilihan pertama untuk terapi farmakologi adalah obat-obatan kimia dan ekstrak herbal. Pengobatan farmakologi dengan ekstrak herbal sangat mudah di dapat, tidak membutuhkan biaya yang banyak dan rendah efek samping. Salah satu alternatif pengobatan herbal hipertensi menggunakan ekstrak jahe (*zingiber officinale rose*) (Susilo Y dan Wulandari, 2011).

Jahe putih (*zingiber officinale van amarum*) dapat digunakan sebagai bahan untuk pengobatan tradisional, karena jahe putih memiliki banyak sekali kandungan gizi dan senyawa kimia yang sangat penting dan bermanfaat terhadap kesehatan. Disamping itu jahe putih memiliki efek samping yang lebih kecil dan mudah diolah sehingga cocok untuk digunakan sebagai bahan obat-obatan terutama dalam mengatasi hipertensi (Gustiri, 2011).

Jahe juga mengandung *gingerol*, *zingerone* dan *shogaol* yang memberi efek farmakologi seperti antioksidan, anti inflamasi, anti koagulan, analgesik, anti karsinogenik, non-toksik dan non-mutagenik meskipun konsentrasi tinggi (Tamrin dkk, 2017).

Menurut Infodation (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI), hipertensi ada dua, yaitu hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Sedangkan berdasarkan stadiumnya hipertensi dibedakan menjadi empat, yaitu :

Kategori Stadium	Tekanan Sistolik	Tekanan Diastolik
Normal	< 120 mmHg	< 80 mmHg
Prehipertensi	120-139 mmHg	80-90 mmHg
Hipertensi stage 1	140-159 mmHg	90-99 mmHg
Hipertensi stage 2	160 mmHg atau > 160 mmHg	100 mmHg atau > 100 mmHg

**Tabel 2.1 Klasifikasi penyakit hipertensi berdasarkan stadiumnya**

*Sumber : Infodation (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI).*

Pengobatan secara farmakologi dapat menimbulkan ketergantungan dan apabila penggunaan obat dihentikan dapat menyebabkan peningkatan resiko terkena serangan jantung atau stroke. Interaksi farmakodinamik dapat menyebabkan respon reseptor

obat dan target organ berubah sehingga sensitifitas terhadap efek obat menjadi lain. Penderita hipertensi bisa dengan menggunakan terapi herbal atau menggunakan bahan-bahan alami mudah didapat, dibuat dan murah yaitu dengan menggunakan terapi herbal rebusan jahe putih yang bisa dibuat dirumah. Pada jahe ada kandungan *gingerol* dan *shogaol* untuk mengontrol tekanan darah, karena dapat menghangatkan tubuh dan membuat aliran darah menjadi lancar (Tamrin dkk, 2017). merangsang pembuluh darah untuk mengurangi tekanan. Berdasarkan data dari kader posyandu di kelurahan Banjarsari RT 11 sebagian besar penderita hipertensi masih belum rutin untuk mengkonsumsi obat dari dokter karena mengkonsumsi obat-obatan dari dokter dapat menimbulkan efek samping seperti lemas, ngantuk, mual, sering buang air kecil. Penderita hipertensi setiap 1 bulan diadakan pos lansia biasanya dilakukan pada minggu pertama dan minggu ketiga, pada minggu pertama biasanya para lansia disajikan dengan video edukasi-edukasi kesehatan dan diberi sosialisasi kesehatan, dan pada minggu ketiga dilakukan senam untuk para lansia. Solusi tindakan lain yang dapat dilakukan yaitu minum rebusan jahe putih untuk hipertensi.

Berdasarkan masalah yang ada peneliti akan melakukan tindakan dengan meningkatkan pengetahuan penderita hipertensi melalui media video dengan tema rebusan jahe putih untuk hipertensi. Video dipilih untuk memudahkan masyarakat menerima informasi.

Luaran media yang akan dihasilkan yaitu video tentang cara pembuatan rebusan jahe putih untuk hipertensi. Penggunaan media video sangat tepat untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat. Sehingga dapat memberikan contoh bentuk perilaku yang baik kepada masyarakat. Video dapat mengajarkan kepada masyarakat terapi herbal untuk menurunkan hipertensi selain mengkonsumsi obat-obatan kimia.

Penggunaan media video memiliki kelebihan dalam hal memberikan visualisasi yang baik sehingga memudahkan proses penyerapan pengetahuan. Video termasuk

dalam media audio visual karena melibatkan indera pendengaran sekaligus indera penglihatan. Media audio visual ini mampu membuahkan hasil belajar yang lebih baik untuk mengingat, dan mengenali kembali (Kustandi, 2011).

Menurut ibu kader yang mengelola pos lansia di RW 09 dan RW 10 para penderita hipertensi kebanyakan pada usia 55 - 60 keatas jadi lebih disarankan untuk dibuatkan sebuah video edukasi kesehatan bagi masyarakatnya yang terkena hipertensi, karena jika menggunakan media yang lain seperti booklet, poster, ataupun buku saku para penderita di pos lansia tersebut sangat kesulitan untuk membaca dan memahaminya. Karena fungsi penglihatannya sudah berkurang.

Tujuan dari Luaran yang sya buat ini adalah memudahkan pasien untuk memahami tentang cara membuat terapi herbal (rebusan jahe putih) untuk menangani hipertensi, memberikan pemahaman kepada pembaca tentang bagaimana cara menangani hipertensi dengan terapi herbal (rebusan jahe putih) melalui media vidio.

Luaran ini diharapkan memberikan manfaat :

1. Bagi perawat

KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi) ini diharapkan dapat memberikan (Komunikasi, Informasi, Edukasi) tentang cara mengatasi hipertensi dengan rebusan jahe pasien mendapatkan KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi) keperawatan yang optimal.

2. Bagi masyarakat

KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi) ini diharapkan dapat membantu sebagai sumber informasi tambahan bagi masyarakat untuk menambah pengetahuan dan wawasan tentang cara mengatasi hipertensi dengan rebusan jahe.

3. Bagi pasien dan keluarga

KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi) ini diharapkan dapat membantu sebagai tambahan informasi pasien dan keluarga tentang manfaat jahe dalam mengatasi hipertensi.