

BAB I

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang tidak menimbulkan gejala khas sehingga sering tidak terdiagnosa dalam waktu yang lama. Gejala hipertensi itu sendiri biasanya muncul dengan cara tiba-tiba saat terjadinya peningkatan tekanan darah. Kebanyakan orang tidak menyadari bahwa dirinya menderita hipertensi dikarenakan memang tubuhnya masih sehat dan energik. Hipertensi tidak dapat langsung membunuh penderitanya melainkan memicu terjadinya penyakit lain yang tergolong kelas berat seperti jantung, stroke, gagal ginjal dan gagal jantung (Sari, 2019).

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak di dunia, Kasus hipertensi menurut Data WHO 2018 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, yang berarti setiap 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis menderita hipertensi, hanya 36,8% di antaranya yang minum obat. Jumlah penderita hipertensi di dunia terus meningkat setiap tahunnya. Diperkirakan pada 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi serta setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi.

Prevalensi hipertensi pada tahun 2018 di Indonesia berdasarkan pengukuran tekanan darah pada umur >18 tahun adalah sebesar 34,1% meningkat drastis dibandingkan pada tahun 2013 yaitu sebesar 25,8 (Riskesdas, 2018). Presentasi kasus hipertensi Jawa Tengah tahun 2017 pada usia >18 tahun adalah sebanyak 12,98%, dan kasus hipertensi di Sukoharjo kejadian hipertensi pada tahun 2017 adalah sebanyak 7,66% (Profil Dinkes Jateng, 2017).

Indonesia memiliki prevalensi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita Hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya Hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan. Alasan penderita hipertensi tidak minum obat antara lain karena penderita hipertensi merasa sehat

59,8% kunjungan tidak teratur ke fasyankes 31,3%, minum obat tradisional 14,5% menggunakan terapi lain 12,5%, lupa minum obat 11,5%, tidak mampu beli obat 8,1% terdapat efek samping obat 4,5% dan obat hipertensi tidak tersedia di Fasyankes 2% (RISKESEDES, 2018).

Penanganan hipertensi terdiri dari terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Penanganan secara non farmakologis bisa dengan cara penurunan berat badan, olahraga, secara teratur, diet rendah lemak, diet rendah garam dan terapi komplementer. Terapi komplementer itu sendiri merupakan terapi yang dapat digunakan sebagai tambahan untuk terapi konvensional yang direkomendasikan oleh penyelenggara pelayanan kesehatan individu, sedangkan untuk terapi farmakologisnya itu sendiri terdiri dari pemberian obat seperti *diuretic, beta blocker, channel blockers* (Margowati, 2016).

Pengobatan tradisional khususnya yang menggunakan tanaman obat, tetap berlangsung di zaman modern ini. Tanaman obat yang dikenal sebagai obat tradisional banyak digunakan di kalangan masyarakat baik digunakan sebagai pencegah atau pengobatan penyakit tersebut. Efek samping yang terdapat dalam tanaman obat ini juga dipertimbangkan oleh masyarakat untuk menggunakannya, salah satu tanaman obat yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi yaitu daun alpukat karena didalam kandungan daun alpukat dipercaya dapat mengurangi atau menurunkan tekanan darah tinggi karena didalam daun alpukat tersebut mengandung *flavonoid, saponin dan alkaloid* yang berkhasiat sebagai diuretik (Santoso, 2013).

Jika dilihat dari kandungannya daun alpukat memiliki efek samping yang ringan dibandingkan dengan obat konvensional yang bisa menimbulkan asma, batuk, gangguan ginjal dan depresi. Daun alpukat ini sangat mudah didapatkan di Indonesia karena iklimnya sangat cocok untuk pertumbuhan tanaman alpukat. Keamanan terapi herbal air rebusan daun alpukat ini telah diuji oleh balai obat tradisional DKI Jakarta, Yogyakarta, dan Surabaya pada tahun 2016. Hasil pengujian menunjukkan bahwa terapi rebusan daun alpukat ini dapat berguna untuk obat hipertensi pada pasien tanpa alergi lateks (Artiyaningrum, 2016).

Tanaman alpukat ini merupakan salah satu tanaman yang memiliki banyak manfaat sebagai obat tradisional. Hampir dari semua bagian tanaman ini memiliki khasiat sebagai sumber obat-obatan. Bagian tanaman alpukat yang memiliki banyak khasiat adalah bagian daunnya, meskipun bagian buah juga memiliki kandungan gizi yang tertinggi. Daun alpukat ini dipercayai sebagai diuretik yaitu menambah volume urin yang dihasilkan saat urinasi untuk mengurangi tekanan darah. Kandungan kimia daun alpukat diantaranya *saponin, tanin, phlobatanin, flavanoid, alkaloid dan polisakarida*. *Flavanoid* ini fungsinya untuk menurunkan tekanan darah (Irawati, 2015).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Alfaqih (2017) terdapat pengaruh penurunan tekanan darah responden, tekanan darah sistolik sedangkan untuk tekanan darah diastolik responden mengalami penurunan diastolik sebelum dan sesudah diberikan rebusan daun alpukat. Ada pengaruh pemberian rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada lansia kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, hal ini ditandai dengan perbedaan nilai rata perubahan tekanan darah nilai rata perlakuan lebih besar dari pada nilai rata kontrol. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyudianingsih dan Soenarto (2018) terdapat pengaruh apabila rebusan daun alpukat digunakan untuk menurunkan tekanan darah tinggi. Hasil yang didapatkan, yaitu rata-rata tekanan darah sistol setelah minum air rebusan daun alpukat, yaitu 101.60 mmHg lebih rendah dibandingkan sebelum minum air rebusan daun alpukat, yaitu 112.00 mmHg sedangkan rata-rata tekanan darah diastolsetelah minum air rebusan daun alpukat, yaitu 68.00 mmHg lebih rendah dibandingkan sebelum minum air rebusan daun alpukat, yaitu 76.13 mmHg. Terdapat perbedaan yang sangat signifikan pada tekanan darah antara sebelum dan sesudah minum air rebusan daun alpukat. Dapat disimpulkan bahwa air rebusan daun alpukat dapat menurunkan tekanan darah.

Pada rebusan daun alpukat ini terdapat senyawa *flavonoid*, dimana senyawa ini berfungsi untuk menurunkan tekanan darah tinggi karena mekanisme kerja dari *flavonoid* adalah untuk melancarkan peredaran darah dan mencegah terjadinya penyumbatan pada pembuluh darah sehingga darah dapat mengalir secara normal. Cara kerja rebusan daun alpukat ini adalah dengan cara mengeluarkan sejumlah cairan dan zat-zat maupun elektrolit yang bersifat toksik sehingga dengan berkurangnya jumlah air dan garam didalam tubuh maka pembuluh darah akan longgar sehingga tekanan darah perlahan akan mengalami penurunan. Metode yang

digunakan oleh peneliti adalah metode perebusan karena zat berkhasiat yang terkandung dalam daun alpukat akan menyatu dengan air rebusan secara lebih optimal. Penelitian yang dilakukan oleh Hermawan ini menunjukkan bahwa seduhan daun alpukat memiliki efek penurunan terhadap tekanan darah.

Untuk memberi atau menambah pengetahuan masyarakat tentang fungsi penggunaan daun alpukat yang dapat menurunkan tekanan darah ini kita dapat mensosialisasikan program tertentu dibutuhkan strategi dan kecerdasan menggunakan media. Pengembangan media komunikasi informasi dan edukasi (KIE) merupakan media pembelajaran interaktif untuk dosen dan mahasiswa. Media ini digunakan untuk mengenalkan pentingnya mengetahui dan menjaga kesehatan reproduksi dengan media yang mengikuti zaman. Tujuan pembelajaran KIE adalah untuk menghasilkan suatu media mengenai promosi kesehatan yang memenuhi kriteria yang tepat, berguna, dan layak untuk digunakan. Media promosi kesehatan ialah semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator, baik melalui media cetak maupun elektronik dan media luar ruang sehingga sasaran dapat meningkatkan pengetahuan yang akhirnya diharapkan dapat berubah perilaku kearah yang positif terhadap kesehatannya (DEPKES RI, 2016).

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk menghasilkan luaran berupa video sebagai media edukasi bagi masyarakat ditengah masa pandemic covid-19. Penyiaran dan distribusi video dapat dilakukan tanpa adanya kontak dengan khalayak umum. Penggunaan media audio visual juga lebih efektif bagi masyarakat umum berbagai usia yang menderita hipertensi dan dapat diakses dimanapun dan kapanpun mereka memiliki waktu senggang.

Manfaat yang penulis harapkan dengan adanya media pembelajaran berupa video ini tentang penerapan rebusan daun alpukat untuk menurunkan tekanan darah tinggi bagi penderita hipertensi ini yaitu dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat akan cara mencegah dan mengobati hipertensi dengan cara terapi komplementer yaitu tanaman obat alpukat yang mampu menurunkan tekanan darah tinggi karena sudah dibekali oleh ilmu pengetahuan yang diperoleh dari video. Dengan adanya media pembelajaran berupa video penerapan rebusan daun alpukat untuk menurunkan tekanan darah tinggi ini masyarakat mampu menerapkannya atau memperaktekannya bagi yang menderita hipertensi dan diharapkan mampu memberikan manfaat bagi IPTEK (Ilmu pengetahuan dan teknologi), sedangkan manfaat bagi penulis yaitu menambah pengetahuan dan wawasan tentang tanaman obat seperti daun alpukat.