

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri secara terus-menerus lebih dari satu periode. Hal ini terjadi bila arteriole-arteriole berkonstriksi. Konstriksi arteriole membuat darah sulit mengalir dan meningkatkan tekanan melawan dinding arteri. Hipertensi menambah beban kerja jantung dan arteri yang bila berlanjut dapat menimbulkan kerusakan jantung dan pembuluh darah. Hipertensi juga didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg yang terjadi pada seorang klien pada tiga kejadian terpisah. Menurut WHO, batasan tekanan darah yang masih dianggap normal adalah 140/90 mmHg, sedangkan tekanan darah $\geq 160/95$ mmHg dinyatakan sebagai hipertensi (Udijanti, 2011).

Prevalensi penderita hipertensi terus meningkat dari tahun ketahun dikarenakan meningkatnya usia harapan hidup. Jumlah populasi obesitas dan meningkatnya kesadaran masyarakat akan penyakit ini. Dari beberapa penelitian yang ada, masih banyak penderita hipertensi yang belum mendapatkan pengobatan. Ada yang sudah mendapatkan pengobatan dengan obat anti hipertensi, hanya 10-29% (USA, Kanada dan berbagai Negara di Eropa) yang mencapai target yaitu 140/90 mmHg. Hipertensi merupakan factor risiko terbesar untuk terjadinya penyakit kardiovaskular, menyebabkan 54% dan 47% terjadinya stroke dan penyakit jantung iskemia. Penyakit penyerta dan komplikasi yang ditimbulkan oleh hipertensi, akan meningkatkan mortalitas dan morbiditas, sehingga keadaan ini akan menjadikan masalah di bidang kesehatan (Setiati *et al*, 2014).

Penanganan hipertensi secara umum yaitu secara farmakologis dan nonfarmakologis. Penanganan secara farmakologik terdiri atas pemberian obat yang bersifat diuretik, simpatik, betabloker dan vasodilator yang memperhatikan tempat, mekanisme kerja dan tingkat kepatuhan. Penanganan nonfarmakologis meliputi penurunan berat badan, olahraga secara teratur, diet

rendah garam dan lemak dan terapi komplementer. Penanganan secara non farmakologis sangat diminati oleh masyarakat karena sangat mudah untuk dipraktekkan dan tidak mengeluarkan biaya yang terlalu banyak. Penanganan nonfarmakologis juga tidak memiliki efek samping yang berbahaya tidak seperti penanganan farmakologis, sehingga masyarakat lebih menyukai nonfarmakologis. Banyak tumbuh-tumbuhan yang dapat digunakan untuk terapi herbal dalam pengobatan hipertensi, diantaranya adalah bawang putih, seledri, bunga rosella, belimbing wuluh, mentimun dan daun alpukat. Daun alpukat memiliki rasa yang sedikit pahit jika diseduh, namun rasa pahitnya tidak terlalu melekat di lidah dan dapat dihilangkan dengan meminum sedikit air putih (Ayu *et al*, 2017).

Pengobatan tradisional, khususnya yang menggunakan tanaman obat, tetap berlangsung di zaman modern ini. Tanaman obat yang dikenal sebagai obat tradisional banyak digunakan oleh masyarakat dalam penanggulangan suatu penyakit, baik digunakan sebagai pencegahan maupun pengobatan penyakit tersebut. Efek samping minimal yang terdapat dalam tanaman obat juga dijadikan pertimbangan masyarakat untuk menggunakannya.

Salah satu tanaman yang digunakan adalah daun alpukat. Daun alpukat dipercaya dapat mengobati batu ginjal, sakit kepala, nyeri lambung dan juga menurunkan tekanan darah. Penelitian terhadap daun alpukat menunjukkan bahwa efeknya dalam menurunkan tekanan darah memang cukup baik, hal ini dikarenakan kandungan zat yang dimiliki daun alpukat untuk menurunkan tekanan darah cukup tinggi dibandingkan tanaman lainnya. Jika dilihat dari efek samping yang ditimbulkan, daun alpukat memiliki efek samping yang ringan dibandingkan obat konvensional yang dapat menimbulkan asma, batuk, gangguan ginjal, dan depresi. Daun alpukat ini mudah untuk didapatkan di Indonesia karena iklimnya yang cocok untuk pertumbuhan tanaman alpukat dan harga yang terjangkau dibandingkan obat konvensional yang dapat berharga hingga ratus ribuan (Wahyudianingsih, 2016).

Secara tradisional daun alpukat dapat digunakan untuk mengatasi hipertensi, hiperkolesterolemia, serta sebagai antiinflamasi dan analgetik. Sari air daun memiliki efek antihipertensi pada tikus yang diinduksi dengan nikotin dan norepinefrin. Ekstrak etanolik 95% daun dan batang serta sari air menunjukkan aktivitas relaksasi terhadap uterus tikus. Simplisia mempunyai aktivitas antibakteri dan menghambat pertumbuhan *Staphylococcus aureus* strain A dan B, *Staphylococcus albus*, *Pseudomonas* sp; *Proteus* sp; *Escherichia coli* dan *Bacillus subtilis* (Abdul, 2011).

Efek kardiovaskular ekstrak air daun alpukat diteliti pada kelinci, menunjukkan bahwa ekstrak air daun alpukat memiliki efek kardiodepresan, vasorelaksasi dan efek antihipertensi, serta merelaksasi endothelium melalui pelepasan nitrit oksida (NO) dan pelepasan cGMP di endothelium pembuluh darah (Abdul, 2011).

Melihat kondisi tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa pasien hipertensi membutuhkan intervensi tambahan untuk mendampingi program diet seperti rebusan daun alpukat. Terlebih lagi di wilayah tersebut pohon alpukat mudah di jumpai pada pekarangan warga sehingga daun alpukat merupakan bahan terapi yang murah dan penyajiannya mudah. Daun alpukat juga dapat dipanen sepanjang tahun.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 2 April 2018 di Dinas Kesehatan Kota Surakarta didapatkan hasil total 59.028 jiwa menderita hipertensi esensial pada tahun 2016. Pada tahun 2017 total penderita hipertensi esensial meningkat menjadi 63.001 jiwa. Terdapat 2.798 jiwa penderita hipertensi esensial di Puskesmas Ngoresan pada tahun 2017.

Atas dasar tersebut maka peneliti melakukan penelitian mengenai pengaruh pemberian air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pasien hipertensi di Kampung Gendingan, Jebres, Surakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka pokok masalah yang dapat dirumuskan adalah : “Apakah Penerapan Pemberian Air Rebusan Daun Alpukat efektif terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah mengonsumsi air rebusan daun alpukat pada penderita hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengukuran tekanan darah sebelum mengonsumsi air rebusan daun alpukat.
- b. Mendeskripsikan hasil pengukuran tekanan darah setelah mengonsumsi air rebusan daun alpukat.
- c. Mendeskripsikan perubahan tekanan darah sebelum dan setelah mengonsumsi air rebusan daun alpukat.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi :

1. Bagi pendidik

Sebagai bahan referensi untuk meningkatkan kualitas asuhan keperawatan dengan pemberian air rebusan daun alpukat pada pasien yang menderita hipertensi.

2. Bagi Penulis

- a. Menambah pengetahuan dan pengalaman dalam penerapan konsumsi air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.
- b. Menambah keterampilan dalam penerapan konsumsi air rebusan daun alpukat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

3. Bagi masyarakat

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang upaya pencegahan dengan konsumsi obat herbal bagi penderita hipertensi.

4. Bagi pasien dan keluarga

Agar pasien dapat memanfaatkan tanaman sekitar sebagai obat herbal yang bermanfaat bagi kesehatan terutama terhadap penderita hipertensi.