

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pengukuran tekanan darah merupakan salah satu kegiatan deteksi dini terhadap faktor resiko PTM seperti Hipertensi, Stroke, Jantung, Kelainan Fungsi Ginjal dan yang lainnya. Kegiatan ini bisa dilaksanakan di setiap fasilitas kesehatan termasuk puskesmas atau klinik kesehatan lainnya. Juga bisa dilaksanakan di Pos Pembinaan Terpadu PTM yang ada di masyarakat (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2016). Hipertensi dasar adalah peningkatan tekanan darah secara tetap khususnya, tekanan diastolik melebihi 95 milimeter air raksa yang tidak bisa dihubungkan dengan penyebab organik apapun (Wade, 2016). Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90mmHg oada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang (Kemenkes RI, 2014).

Hipertensi adalah suatu keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis. Hal tersebut terjadi karena jantung bekerja lebih keras memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh. Jika dibiarkan, penyakit ini dapat mengganggu fungsi organ – organ lain, terutama organ – organ vital seperti jantung dan ginjal. Didefinisikan sebagai hipertensi jika pernah didiagnosis menderita/penyakit tekanan darah tinggi oleh tenaga kesehatan (dokter/perawat/bidan) atau belum pernah didiagnosis menderita hipertensi tetapi saat diwawancara sedang minum obat medis untuk tekanan darah tinggi (minum obat sendiri). Kriteria hipertensi yang digunakan pada penetapan merujuk pada kriteria diagnosis JNC VII 2003 yaitu hasil pengukuran tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Kriteria JNC hanya berlaku untuk umur ≥ 18 tahun, maka prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran tekanan darah dihitung hanya pada penduduk umur ≥ 15 tahun maka temuan kasus

hipertensi pada umur 15 – 17 tahun sesuai kriteria JNC VII 2003 akan dilaporkan secara garis besar sebagai tambahan informasi (Riskesdas, 2013). Penyakit darah atau hipertensi (*Hypertension*) adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yang ditunjukkan oleh angka systolic (bagian atas) dan angka bawah (diastolic) pada pemeriksaan tensi darah menggunakan alat pengukur tekanan darah baik yang berupa cuff air raksa (sphygmomanometer) ataupun alat digital lainnya (Herlambang, 2013).

Menurut *World Health Organization* (WHO) 2015 hampir 1 milyar orang diseluruh dunia memiliki tekanan darah tinggi. Hipertensi adalah salah satu penyebab utama kematian dini diseluruh dunia. Di tahun 2020 sekitar 1,56 miliar orang dewasa akan hidup dengan hipertensi. Hipertensi membunuh hampir 8 milyar orang setiap tahun di dunia dan hampir 1,5 juta orang setiap tahunnya di kawasan Asia Timur-Selatan. Sekitar sepertiga dari orang dewasa di Asia Timur-Selatan menderita hipertensi. Menurut *American Heart Association* (AHA), penduduk Amerika yang berusia diatas 20 tahun menderita hipertensi telah mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa, namun hampir sekitar 90-95% kasus tidak diketahui penyebabnya (Kemenkes RI, 2014).

Profil Kesehatan Indonesia tahun 2016 menyebutkan bahwa prevalensi penduduk dengan tekanan darah tinggi secara nasional sebesar 30,9%. Prevalensi tekanan darah tinggi pada perempuan (32,9%) lebih tinggi dibanding dengan laki – laki (28,7%). Prevalensi diperkotaan sedikit lebih tinggi (31,7%) dibandingkan dengan perdesaan (30,2%). Prevalensi semakin meningkat seiring dengan pertambahan umur.

Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2016 menyebutkan bahwa jumlah penduduk berisiko (>18 th) yang dilakukan pengukuran tekanan darah pada tahun 2016 tercatat sebanyak 5.292.052 atau 20,16 persen. Dari hasil pengukuran tekanan darah, sebanyak 611.358 atau 11,5 persen dinyatakan hipertensi/tekanan darah tinggi. Berdasarkan jenis kelamin, presentase hipertensi pada kelompok perempuan sebesar 11,85

persen, lebih tinggi dibanding pada kelompok laki – laki yaitu 11,16 persen.

Profil Kesehatan Kota Surakarta tahun 2016 menyebutkan bahwa hipertensi masuk dalam 10 besar penyakit di Puskesmas. Jika dilihat berdasarkan penyakit tidak menular maka menempati urutan pertama. Kasus yang ditemukan pada tahun 2016 dari laporan puskesmas sebanyak 59.028 kasus (hipertensi essensial). Terjadi peningkatan jika dibandingkan dengan jumlah kasus tahun 2015 sebanyak 52.637 kasus.

Data yang didapatkan dari Dinas Kesehatan Kota Surakarta tahun 2017 jumlah penderita hipertensi di Puskesmas Gambirsari menempati urutan pertama berdasarkan penyakit tidak menular yaitu sebanyak 1.873 jiwa.

Hipertensi terkait dengan perilaku dan pola hidup. Pengendalian hipertensi dilakukan dengan perubahan perilaku antara lain menghindari asap rokok, diet sehat, rajin aktifitas fisik dan tidak mengkonsumsi alkohol (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2016). Peran perawat yang bisa dilakukan untuk merawat lansia dengan masalah hipertensi yaitu dengan memberikan pengobatan farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan non farmakologi meliputi rajin berolahraga secara teratur dan menjaga pola makan, dengan cara pengurangan asupan kalori (bila kegemukan), membatasi asupan garam, serta bisa juga dengan pembuatan jus dari buah segar (Adzakia, 2012) dalam jurnal Ardiyanto *et al* (2014).

Salah satu terapi non farmakologis yang dapat diberikan pada penderita hipertensi adalah terapi nutrisi yang dilakukan dengan manajemen diet hipertensi. Manajemen diet makanan untuk hipertensi ini bisa berupa pembuatan jus sayur – sayuran atau buah – buahan. Seperti contoh buah belimbing dan mentimun sebagai alternatif pengobatan non farmakologis. Buah belimbing manis dan mentimun ini merupakan buah yang sudah tidak lazim lagi bagi masyarakat umum dan mudah ditemukan di pasar swalayan serta harganya sangat terjangkau dalam jurnal Elfandari *et al* (2015). Buah belimbing manis (*Averrhoa Carambola L*) ini sangat bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah karena kandungan serat,

kaliaum, fosfor dan vitamin C. Berdasarkan penelitian DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*) dikatakan untuk menurunkan tekanan darah sangat dianjurkan mengkonsumsi makanan yang tinggi kalium dan serat. Kandungan kaliaum (potassium) dalam 1 buah belimbing (127 gram) adalah sebesar 207 mg. Hal ini menunjukkan bahwa kalium dalam buah belimbing mempunyai jumlah yang paling banyak dari jumlah mineral yang ada dalam kandungan 1 buah belimbing (Afrianti, 2010) dalam jurnal Elfandari *et al* (2015).

Penelitian yang dilakukan Berawi dan Pasya (2016) menunjukkan bahwa Buah belimbing dapat dijadikan alternatif untuk membantu menurunkan tekanan darah karena kandungannya yang tinggi kalium dan serat serta rendah natrium, sesuai dengan rekomendasi DASH. Jus belimbing manis menurunkan tekanan darah melalui mekanisme antidiuresis. Kemudian penelitian yang dilakukan Ardiyanto *et al* (2014) tentang efektifitas jus belimbing terhadap penurunan tekanan darah dengan 21 responden yang diteliti menunjukkan bahwa pemberian terapi jus belimbing selama satu minggu setiap hari satu kali, sebanyak 200 cc, dapat menurunkan tekanan darah pada lansia dengan rata – rata turun 10 – 30 mmHg.

Tanaman belimbing banyak tumbuh dilingkungan masyarakat dan dijual di pasar tradisional serta swalayan, namun belum banyak masyarakat terutama penderita hipertensi yang mengetahui bahwa buah belimbing dapat dijadikan sebagai pengobatan alternatif untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Studi pendahuluan yang dilakukan tanggal 07 Maret 2018 pada penderita hipertensi di dukuh Bayan RT 02 RW VII, Kadipiro, Banjarsari, Kota Surakarta terdapat 17 orang menderita hipertensi. Dari hasil wawancara kepada 8 orang menderita hipertensi, 3 orang mengatakan bahwa tidak mengontrol hipertensinya secara rutin kecuali jika terjadi kondisi yang mengharuskan untuk periksa, 3 orang mengatakan mengatasi hipertensinya dengan minum obat dan 2 orang mengatakan mengatasi hipertensinya dengan istirahat. 5 dari 8 orang mengatakan

belum paham dan belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang konsumsi jus belimbing mampu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Melihat permasalahan konsep diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Penerapan Jus Belimbing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi”.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang diatas, penulis merumuskan permasalahan “Bagaimanakah penurunan tekanan darah pada pasien penderita hipertensi sebelum dan sesudah diberikan jus belimbing?”.

1.3. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan hasil implementasi pemberian jus belimbing terhadap penurunan tekanan darah pada pasien penderita hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengamatan tekanan darah pasien sebelum penerapan jus belimbing pada penderita hipertensi.
- b. Mendeskripsikan hasil pengamatan tekanan darah sesudah penerapan jus belimbing pada penderita hipertensi.
- c. Menganalisa perbedaan perkembangan tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah diberikan jus belimbing.

1.4. Manfaat Penelitian

Penelitian ini, diharapkan memberikan manfaat bagi:

1. Pasien hipertensi: sebagai pengobatan alternatif untuk menurunkan tekanan darah yang tidak terdapat efek samping apabila dikonsumsi dalam jangka panjang.
2. Masyarakat: membudayakan pengelolaan pasien dengan hipertensi secara mandiri melalui pengelolaan dengan tindakan secara mandiri.
3. Institusi Rumah Sakit: rumah sakit dapat menginformasikan kepada pasien hipertensi bahwa terdapat pengobatan lain untuk menurunkan tekanan darah selain mengkonsumsi obat hipertensi yaitu dengan mengkonsumsi jus belimbing.

4. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan:
 - a. Sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang penerapan jus belimbing secara tepat dalam memberikan asuhan keperawatan pada penderita hipertensi.
 - b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan tentang penerapan jus belimbing terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.
5. Peneliti Selanjutnya
Sebagai sumber informasi bagi peneliti selanjutnya dalam pelaksanaan penelitian tentang penerapan jus belimbing terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.
6. Penulis memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan di tatanan pelayanan keperawatan, khususnya penelitian tentang pelaksanaan penerapan jus belimbing terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.