

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit yang umum terjadi di masyarakat kita, seringkali tidak disadari karena tidak mempunyai gejala khusus. Apabila tidak ditangani dengan baik, hipertensi mempunyai resiko besar untuk meninggal karena komplikasi kardiovaskuler seperti stroke, jantung atau gagal ginjal. Hipertensi atau yang lebih dikenal dengan sebutan penyakit darah tinggi adalah keadaan dimana tekanan darah seorang berada diatas batas normal atau optimal 120 mmHg untuk sistolik 80 mmHg untuk diastolik (Herlambang, 2013:11).

Kolestrol merupakan metabolit yang mengandung lemak sterol sejenis lipid yang merupakan molekul lemak. Kejadian hiperkolesterolemia berarti bahwa kadar kolesterol terlalu tinggi dalam darah sehingga pemicu munculnya berbagai penyakit. Batas normal kolesterol dalam tubuh adalah 160-200 mg. Kadar kolesterol LDL yang tinggi akan memicu penimbunan kolesterol di sel, yang menyebabkan munculnya *atherosclerosis* (pengerasan dinding pembuluh darah arteri) dan penimbunan plak di dinding pembuluh darah. Hal ini dihubungkan dengan peningkatan resiko penyakit akibat gangguan pembuluh darah seperti penyakit jantung koroner, stroke, gangguan pembuluh darah tepi. (Margarita,2014).

Penyakit darah tinggi dan kolesterol dapat menyebabkan berbagai komplikasi antara lain terganggunya fungsi atau kerusakan organ tubuh yaitu kerusakan pada otak, jantung ginjal dan mata. Tanda-tanda terjadi kekambuhan hipertensi yang seperti sakit kepala, nafas pendek,pusing, nyeri dada, palpitasi dan epistaksis. Gejala-gejala tersebut berbahaya jika diabaikan, tetapi bukan merupakan tolak ukur keparahan dari penyakit hipertensi. Tekanan darah juga diregulasi oleh sistem saraf adrenergik yang dapat menyebabkan terjadinya kontraksi dan relaksasi pembuluh darah, sedangkan tanda-tanda kolesterol tinggi seperti sering pusing belakang kepala, tengkuk dan pundak pegal, sering pegal dan kesemutan di tangan atau kaki, serta dada sebelah kiri seperti tertusuk. Penurunan tekanan darah tinggi dan kolesterol pada penderita hipertensi dapat dilakukan dengan berbagai macam cara salah satunya dengan menggunakan terapi labu siam. (Nurjannah,2015)

Berdasarkan Data *World Health Organization (WHO)* tahun 2015 menjelaskan 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi. Artinya 1 dari 3 orang di dunia

terdiagnosis menderita hipertensi. Dan dari 2/3 diantaranya berada di Negara berkembang yang berpenghasilan rendah sampai sedang. Prevelensi hipertensi diperkirakan akan terus meningkat, dan diprediksi pada tahun 2025 sebanyak 29 milyar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, sedangkan di Indonesia angka kejadian hipertensi cukup tinggi. Data statistic terbaru menyatakan bahwa terdapat 24,7 penduduk Asia Tenggara dan 23,3% penduduk Indonesia berusia 18 tahun keatas mengalami hipertensi pada tahun 2014.

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskedas) Departemen Kesehatan tahun 2013 menyatakan untuk angka kejadian hipertensi di Indonesia mencapai sekitar 25,8% berdasarkan pengukuran tekanan darah dan kolesterol. Prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 31,7 % dari populasi pada usia 18 tahun keatas dan hanya 7,2% penduduk yang sudah mengetahui hipertensi dan hanya 0,4% kasus yang minum obat hipertensi (Kemenkes RI, 2012).

Data di wilayah Jawa Tengah (2015), Prevalensi penderita hipertensi di Jawa Tengah sebesar 26,4%, menempati peringkat ke 9 dari 33 provinsi di Indonesia (Riskedas, 2018) Jumlah penduduk (> 18 th) yang dilakukan pengukuran tekanan darah pada tahun 2016 tercatat sebanyak 5.292.052 atau 20,16 persen. Hasil pengukuran tekanan darah, sebanyak 611.359 orang atau 11,5 persen dinyatakan hipertensi atau tekanan darah tinggi. Berdasarkan jenis kelamin, presentase hipertensi pada kelompok perempuan sebesar 11,85 persen, lebih tinggi disbanding pada kelompok laki-laki yaitu 11,16 persen.

Banyak masyarakat yang mengalami hipertensi dan kolesterol. Kasus yang ditemukan pada tahun 2018 dari laporan 12 puskesmas, sebanyak 26,789 kasus Hipertensi dan Kolesterol. Terjadi peningkatan, jika dibandingkan dengan tahun 2016 dengan jumlah sebanyak 11.099 kasus, dari data yang diperoleh, Puskesmas Sukoharjo menduduki peringkat 1 dari 12 Puskesmas yang ada di seluruh wilayah Kabupaten Sukoharjo (Dinas Kesehatan Sukoharjo,2018).

Pengendalian hipertensi dapat dilakukan dengan pengobatan farmakologi dan non-farmakologi. Pengobatan farmakologi merupakan pengobatan menggunakan obat anti hipertensi untuk menurunkan tekanan darah Marliani dan Tantan (2007) seperti dikutip Fahriza (2014). Pengobatan anti hipertensi antara lain dengan ACE *Inhibitor*, *diuretic*, 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.

Salah satu pengobatan non farmakologi yaitu dengan mengkonsumsi jus labu siam. Penelitian yang dilakukan oleh Nurhalimah. (2018) menyatakan bahwa labu siam mengandung kalium dan alkaloid yang bersifat diuretic yaitu membantu ginjal mengeluarkan kelebihan cairan dan garam dari dalam tubuh, sehingga berkurangnya cairan dalam darah akan menurunkan tekanan darah. Buah dan daun pucuk labu siam berkhasiat diuretic (melancarkan keluarnya air seni). Khasiat diuretic ini, akan berdampak ke penurunan tekanan darah tinggi (hipertensi), mencegah pengerasan dan pengapuran pembuluh arteri, mengurangi kemungkinan serangan jantung dan melarutkan batu ginjal. Mengkonsumsi air perasan buah labu siam pada pagi dan sore hari bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah tinggi, karena mengandung asam amino dan vitamin C yang sangat bermanfaat bagi kesehatan (Sudiby, 2014).

Labu siam mengandung pektin yang berfungsi mencegah penyerapan lemak dan kolesterol, karena serat merangsang sekresi (pengeluaran) getah empedu yang membuat lemak menjadi emulsi dan terbuang bersama feses (kotoran) sehingga dapat menurunkan kadar kolesterol. Buah labu siam juga mengandung vitamin komponen yang cukup tinggi seperti vitamin B kompleks yang disebut sebagai vitamin B3, berfungsi untuk menurunkan produksi VLDL (*very low density lipoprotein*) di dalam hati sehingga produksi kolesterol LDL (*low density lipoprotein*) dan trigliserida dapat menurun sehingga bisa mengurangi kejadian kolesterol pada penderita hipertensi (Jayani, 2016).

Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 3 Maret 2019 didapatkan orang menderita hipertensi dan kolesterol dari 12 kelurahan. Prevalensi penyakit hipertensi tinggi di daerah Kelurahan Gayam Sukoharjo sebanyak pasien yang memeriksakan kesehatannya. Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 pasien hipertensi didapatkan 2 responden yang bersedia diberikan penerapan jus labu siam sebagai upaya terapi non farmakologi untuk mengatasi penyakit hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang diatas rumusan masalah yang dikemukakan dalam penelitian ini adalah dengan pertanyaan masalah yaitu "Apakah ada Pengaruh Penurunan Tekanan Darah dan Kolesterol Pada Pasien Hipertensi setelah diberikan penerapan Pemberian Labu Siam?"

C. Tujuan Penerapan

1. Tujuan umum

Untuk mendiskripsikan hasil penerapan pemberian Labu Siam terhadap penurunan tekanan darah dan Kolesterol pada penderita Hipertensi di Wilayah Gayam Sukoharjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan hasil pengamatan tekanan darah dan kolesterol sebelum dilakukan penerapan pemberian labu siam terhadap penurunan tekanan darah dan kolesterol pada penderita hipertensi Wilayah Gayam Sukoharjo.
- b. Mendiskripsikan hasil pengamatan tekanan darah dan kolesterol setelah dilakukan penerapan pemberian labu siam terhadap penurunan tekanan darah dan kolesterol pada penderita hipertensi di Wilayah Gayam Sukoharjo.
- c. Menganalisa perbedaan perkembangan sebelum dan sesudah dilakukan penerapan pemberian Labu Siam terhadap Penurunan Tekanan Darah dan Kolesterol pada penderita Hipertensi di Wilayah Kelurahan Gayam Sukoharjo.

D. Manfaat Penerapan

1. Bagi Penulis

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman penulis tentang penerapan pemberian Labu Siam terhadap Penurunan Tekanan Darah dan Kolesterol pada Penderita Hipertensi dan mampu mengaplikasikan penerapan Pemberian Labu Siam terhadap Penurunan tekanan darah dan kolesterol di Wilayah Kelurahan Gayam Sukoharjo.

2. Bagi klien

Penelitian ini diharapkan klien mampu menerapkan dan mengaplikasikan tentang cara mengatasi hipertensi dengan penerapan pemberian labu siam terhadap penurunan tekanan darah dan kolesterol pada penderita hipertensi di Wilayah Gayam Sukoharjo.

3. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan mampu menerapkan tentang cara mengatasi hipertensi dan kolesterol dengan penerapan pemberian labu siam terhadap penurunan tekanan darah dan kolesterol pada penderita hipertensi di wilayah kelurahan Gayam Sukoharjo.

4. Bagi pelayanan Kesehatan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan untuk meningkatkan pelayanan kesehatan dalam mengatasi masalah hipertensi di kalangan masyarakat dengan metode penerapan pemberian labu siam terhadap penurunan tekanan darah dan kolesterol dan bisa dijadikan bahan ajar tambahan di dalam mata kuliah khususnya untuk mata kuliah praktik laboratium yaitu tentang penerapan pemberian labu siam terhadap penurunan tekanan darah dan kolesterol pada penderita hipertensi.