

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Lanjut Usia adalah seseorang yang sudah mencapai usia 60 tahun keatas. Bertambahnya usia yang dialami lansia menyebabkan seluruh sistem dan fungsi tubuh mengalami penurunan. Salah satu fungsi yang mengalami penurunan adalah fungsi fisiologis penurunan ini akan menimbulkan penyakit yang dialami lansia antara lain hipertensi, rematik, stroke dan diabetes melitus. Hipertensi menempati urutan pertama masalah kesehatan bagi lansia (Sari et al., 2020).

Hipertensi merupakan penyakit pembuluh darah yang dikenal sebagai silent killer karena seringkali tidak menimbulkan gejala. Sebagian besar penderita hipertensi di Indonesia tidak terdeteksi, sedangkan yang terdeteksi umumnya tidak mengetahui kondisi penyakitnya dan hanya sebagian kecil yang berobat teratur (Tina et al., 2019).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 menunjukkan bahwa 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, artinya 1 dari 3 orang didunia terdiagnosis hipertensi. Prevalensi hipertensi akan terus meningkat dan diperkirakan pada tahun 2025 sebanyak 29% orang dewasa di seluruh dunia akan terkena hipertensi. Setiap tahunnya sekitar 8 juta orang meninggal karena hipertensi, dimana 1,5 juta terjadi di Asia Tenggara yang 1/3 penduduknya menderita hipertensi sehingga dapat mengakibatkan peningkatan beban biaya

kesehatan. (Kusuma & Surakarta, 2022). Dari hasil Rikesdas pada tahun 2018 melaporkan bahwa prevalensi kejadian hipertensi di Indonesia mencapai 34,1% dengan jumlah kasus mencapai 63 juta dan angka kematiannya sebesar 427.218. Hasil ini meningkat dibanding tahun 2013 dimana prevalensi kejadian hipertensi 25,8%. Data Rikesdas 2018 melaporkan prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Tengah sebesar 37,57%. Pada wanita, 40,17%, lebih tinggi dibandingkan pria (34,83%) (Yuniati, 2021). Sedangkan di Kabupaten Banyumas prevalensi hipertensi mencapai 8,53 %. Tercatat kasus hipertensi sebanyak 40.926 (30,54%) (Dewi, 2021).

Faktor yang mempengaruhi hipertensi dibagi menjadi dua kelompok yaitu faktor yang tidak dapat dikontrol seperti jenis kelamin, usia, genetik, ras dan faktor yang dapat dikontrol seperti pola makan, kebiasaan olahraga, konsumsi garam, kopi, alkohol dan stress (Nuraeni, 2019). Komplikasi dari hipertensi adalah penyakit jantung, gagal jantung kongestif, stroke, gangguan penglihatan dan penyakit ginjal. Hipertensi yang tidak teridentifikasi secara dini dan tidak mendapatkan pengobatan akan mempengaruhi semua sistem organ dan pada akhirnya memperpendek harapan hidup hingga 10-20 tahun. (Andrianto & Sartika, 2020).

Hipertensi dapat diatasi dengan melakukan terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi farmakologi dengan menggunakan obat-obatan, sedangkan terapi non farmakologi dengan cara mengurangi berat badan bagi yang mengalami obesitas atau gemuk, meningkatkan aktifitas fisik, mengurangi konsumsi alkohol dan menerapkan diet yaitu mengkonsumsi sayur

dan buah yang mengandung kalium tinggi dan natrium rendah seperti buah pisang (Riski et al., 2018).

Pisang merupakan salah satu buah-buahan dengan kandungan kalium yang cukup tinggi contohnya pisang ambon. Pada 100 gr pisang ambon terdapat 435 mg kandungan kalium serta rendah natrium 18 mg dengan berat rata-rata 140 gr untuk perbuah (Kesehatan, 2020). Pisang ambon bisa menurunkan tekanan darah karena memiliki aktivitas Angiotensin Converting Enzyme Inhibitor (ACE-I) di dalam tubuh. Sesuai namanya, zat ini menghambat kerja enzim angiotensin dalam proses peningkatan tekanan darah (Sukmawati, 2017).

Menurut penelitian (Purwandari, 2020) dengan judul Pengaruh konsumsi pisang ambon terhadap tekanan darah penderita hipertensi usia dewasa di Dusun Karangmalang Depok Sleman Yogyakarta, menunjukkan bahwa penurunan tekanan darah sistolik penderita hipertensi sebesar 12,75 mmHg dan tekanan diastolik sebesar 7,5 mmHg, hasil tersebut membuktikan bahwa pemberian pisang ambon dapat menurunkan tekanan darah. Penurunan tekanan darah sesudah konsumsi pisang ambon juga terjadi pada penelitian (Silalahi & Aswani Harahap, 2018), responden diberikan pisang ambon selama 7 hari dengan frekuensi 2x sehari, sebagian besar responden dalam penelitian ini yang mengalami penurunan tekanan darah sebesar (93,33%), dan yang tidak mengalami penurunan sebesar (6,67%) setelah mengkonsumsi pisang.

Pisang ambon memiliki kandungan kalium lebih tinggi dan natrium lebih rendah dibandingkan dengan buah pisang lainnya. Selain mengandung

kalium pisang ambon juga mengandung protein, lemak, serat, karbohidrat, vitamin dan mineral seperti vitamin C, B kompleks, B6, kalium, magnesium, fosfor, dan besi (Asih et al., 2018).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti, didapatkan data lansia yang menderita hipertensi di Posyandu Lansia Desa Karangtalun Kidul sebanyak 58 lansia dengan hipertensi. Peneliti telah melakukan wawancara pada 10 lansia di Desa Karangtalun Kidul yang menderita hipertensi, didapatkan hasil bahwa 2 dari 10 lansia sudah mengetahui pisang ambon dapat menurunkan tekanan darah sedangkan 8 lansia mengatakan belum mengetahuinya.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian menggunakan pisang ambon untuk mengatasi hipertensi dan peneliti ingin membuktikan bahwa mengonsumsi pisang ambon secara rutin dapat menurunkan tekanan darah dengan melakukan penelitian “Penerapan Pemberian Pisang Ambon Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Lansia Desa Karangtalun Kidul”.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang tersebut dapat dirumuskan sebagai berikut “Apakah pemberian pisang ambon dapat merubah tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di posyandu lansia desa karangtalun kidul?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perubahan tekanan darah setelah pemberian pisang ambon pada lansia dengan hipertensi di posyandu lansia desa karangtalun kidul.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik lansia hipertensi yang mencakup usia, jenis kelamin, pendidikan, dan lama riwayat hipertensi.
- b. Mengetahui tekanan darah sebelum pemberian pisang ambon.
- c. Mengetahui tekanan darah setelah pemberian pisang ambon.
- d. Menganalisis tingkat tekanan darah sebelum dan setelah pemberian pisang ambon.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini bisa menambah ilmu pengetahuan dan referensi mengenai perubahan tekanan darah setelah pemberian pisang ambon terhadap lansia dengan hipertensi dan semoga dapat dikembangkan dalam penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Instansi Kesehatan

Sebagai masukan atau penambahan wawasan mengenai pengaruh pemberian pisang ambon pada lansia dengan hipertensi.

- b. Bagi Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini bisa menjadi referensi pengetahuan dan sebagai bahan perbandingan atau masukan bagi pengembangan penelitian selanjutnya.

c. Bagi Responden

Sebagai pengetahuan bahwa pisang ambon dapat mengontrol tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

d. Bagi peneliti

Dapat menambah pengetahuan dan mengetahui pengaruh pemberian pisang ambon pada lansia dengan hipertensi.

