

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penuaan adalah proses yang tidak dapat dihindarkan. Proses menua bukan merupakan suatu penyakit, melainkan suatu masa atau tahap hidup manusia, yaitu : bayi, anak-anak, dewasa, tua, dan lanjut usia. Proses menua dapat menyebabkan berkurangnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan rangsangan dari dalam maupun luar tubuh. Walaupun demikian, memang harus diakui bahwa ada berbagai penyakit yang sering muncul pada lanjut usia diantaranya adalah osteoporosis, osteoarthritis maupun hipertensi.

Hipertensi merupakan tekanan darah persisten atau terus menerus sehingga melebihi batas normal, dimana tekanan darah sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik diatas 90 mmHg. Hipertensi sering disebut juga *silent killer* dan merupakan penyebab kematian nomor tiga setelah stroke dan tuberculosis. Penyakit ini banyak terdapat dinegara maju, seiring dengan perkembangan zaman dan perubahan pola dan gaya hidup. Hipertensi sering terabaikan karena tidak ada keluhan, namun apabila mengeluh umumnya sudah terlambat. Hipertensi merupakan factor resiko primer yang menyebabkan penyakit jantung dan stroke, penderita hipertensi umumnya hampir tidak merasa dirinya sakit namun hipertensi merupakan penyakit yang berbahaya karena organ tubuh terganggu di satu bidang yang amat penting yaitu peredaran darah (Depkes, 2007)

Menurut Jaya (2009), faktor penyebab hipertensi ada dua, yaitu faktor yang dapat dikontrol dan faktor yang tidak dapat dikontrol. Faktor yang dapat dikontrol yaitu gaya hidup meliputi kebiasaan merokok, stress, konsumsi garam berlebih, konsumsi kafein, alkohol dan obesitas. Faktor yang tidak dapat dikontrol terdiri dari usia, riwayat keluarga keluarga dan jenis kelamin, dimana perempuan dianggap lebih rentan mengalami hipertensi dibandingkan laki-laki. Sesuai dengan pendapat Bambang (2002), tekanan darah tinggi seringkali terjadi pada orang lanjut usia dan lebih banyak dialami oleh wanita dan yang memiliki riwayat hipertensi dikeluarganya.

Pada tahun 2011, WHO memperkirakan 1,56 miliar orang dewasa menderita hipertensi yang menyebabkan kematian pada 8 juta orang di seluruh dunia dan hampir 1,5 juta orang di ASEAN. Berdasarkan data dari *the International Society of Hipertension* (ISH), saat ini terdapat 600 juta penderita hipertensi diseluruh dunia, dan 3 juta diantaranya meninggal dunia setiap tahunnya. Tujuh dari 10 penderita tersebut tidak mendapatkan pengobatan secara adekuat (Ekowati *et al*, 2009). Data dari *National Heart, Lung and Blood Institute* (NHLBI) dilaporkan hampir 50 juta orang Amerika menderita hipertensi dan terdapat 2 juta kasus baru setiap tahunnya yang terdiagnosis menderita hipertensi. Pada tahun 2000 di Amerika kunjungan ke dokter akibat hipertensi mencapai 10,4 juta (Lestari, 2013).

Sampai saat ini, hipertensi masih merupakan tantangan besar di Indonesia. Bagaimana tidak, hipertensi merupakan kondisi yang sering ditemukan pada pelayanan kesehatan primer. Hal itu merupakan masalah dengan prevalensi

yang tinggi yaitu sebesar 25,8%, sesuai data Riskesdas 2013. Disamping itu, pengontrolan hipertensi belum adekuat meskipun obat-obatan yang efektif banyak tersedia.

Prevalensi hipertensi di Indonesia penderita hipertensi diperkirakan 15 juta orang tetapi hanya 4% yang merupakan hipertensi terkontrol, prevalensi 6-15% pada orang dewasa. 50% diantaranya tidak menyadari sebagai penderita hipertensi, sehingga mereka cenderung untuk menjadi hipertensi berat karena tidak menghindari dan tidak mengetahui factor resikonya, dan 90% merupakan hipertensi esensial. Diperkirakan sekitar 80% kenaikan kasus hipertensi terutama di Negara berkembang tahun 2025 dari sejumlah 639 juta kasus di tahun 2000, diperkirakan menjadi 1,15 milyar kasus di tahun 2025 (Depkes 2007).

Berdasarkan profil kesehatan Jawa Tengah pada tahun 2008 hipertensi menduduki peringkat tertinggi dari seluruh penyakit tidak menular (PTM) yaitu sebesar 57,89% (RISKESDAS, 2008). Jumlah kasus hipertensi di kabupaten Purbalingga tahun 2015 yang ditemukan sebanyak 2.204 kasus (2,44%) dari 90,429 orang. Sedangkan jumlah kasus hipertensi tahun 2016 yang ditemukan sebanyak 11.908 kasus dari 132.027 orang yang dilakukan pengukuran tekanan darah tinggi di puskesmas dan jaringannya.

Puskesmas sebagai primary health care sangat berperan dalam penemuan kasus hipertensi. Pada bulan Desember 2015 di Puskesmas Ajibarang Kabupaten Banyumas menemukan sebanyak 128 kasus. Pada tahun 2016

sebanyak 194 kasus dan pada tahun 2017 menemukan sebanyak 173 kasus. Melihat kompleksnya permasalahan tentang penyakit hipertensi, pengobatan farmakologis untuk penderita hipertensi banyak terdapat efek sampingnya, yaitu dapat menyebabkan hipokalemia, serta gangguan saluran cerna dan kadang-kadang reaksi alergi pada kulit (Kurnianti, 2013).

Disisi lain hambatan pengobatan hipertensi secara farmakologis juga karena faktor daya beli masyarakat yang semakin menurun dan mempunyai harga yang cukup mahal, sehingga antisipasi dari permasalahan tersebut perlu diberikan terobosan baru kepada masyarakat. Beberapa tanaman herbal yang dapat digunakan untuk menurunkan hipertensi meliputi buah kesemek, alpukat, pisang, semangka, mentimun, kiwi serta buah belimbing manis.

Pengaruh pemberian jus semangka dalam menurunkan tekanan darah tinggi atau hipertensi sejalan dengan penelitian Ni Made Shanty dan Reni Zuraida (2016) diketahui bahwa hasil penelitian diketahui rata-rata tekanan darah sistolik sebelum pemberian jus semangka sebesar 173,57 mmHg dan setelah pemberian jus semangka rata-rata tekanan darah sistolik menjadi 166,24 mmHg, sedangkan untuk tekanan darah diastolik rata-rata sebelum pemberian jus semangka 96,79 mmHg dan setelah pemberian jus semangka rata-rata tekanan darah diastolic menjadi 94,67. Terdapat pengaruh pemberian jus semangka terhadap tekanan darah pada lanjut usia dengan hipertensi di kota Padang. Sama halnya dengan penelitian Dewi (2008) dengan pemberian jus semangka didapatkan hasil tekanan darah sistolik dan diastolic mengalami penurunan sesudah dilakukan intervensi. Dapat disimpulkan bahwa pemberian

jus semangka pada penderita hipertensi lansia terbukti efektif menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolic pada lansia dengan frekuensi pemberian jus semangka 5 sampai 7 hari sehari 2 kali konsumsi.

Pengobatan non farmakologi buah semangka dapat menjadi pilihan alternatif yang bagus, sehingga diharapkan dengan melakukan pengobatan hipertensi secara non farmakologis dengan jus semangka (*Citrus vulgaris schrad*), tekanan darah bisa turun. Dengan demikian masyarakat bisa meminimalisir penggunaan obat-obatan hipertensi secara farmakologis yang biayanya cukup mahal dan berdampak kurang baik bagi kesehatan.

Berdasarkan survey yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Ajibarang 1 Kabupaten Banyumas data penyakit hipertensi selama satu tahun terakhir (2017) berjumlah 173 orang dan kecenderungan berusia 40 tahun keatas sampai 60 tahun. Terapi yang sering digunakan para penderita hipertensi tersebut adalah dengan mengonsumsi obat-obatan farmakologi dari dokter. Pengobatan non-farmakologi yang digunakan untuk penyakit hipertensi berupa mentimun, seledri, bawang putih dan tomat. Sedangkan untuk buah semangka masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Ajibarang 1 belum tau manfaatnya untuk untuk menurunkan penyakit hipertensi.

Dari survey tersebut peneliti ingin meneliti pemberian jus semangka (*Citrus vulgaris schrad*) untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi khususnya lansia. Buah semangka dapat menurunkan tekanan darah tinggi karena mengandung postasium, vitamin C, karbohidrat, likopen yang

berfungsi untuk meningkatkan kerja jantung serta silitrus yang mampu mendorong aliran darah ke seluruh bagian tubuh serta member efek arfosidiak. Dari latar belakang diatas, maka penulis mengangkat judul penelitian “Pengaruh Pemberian Jus Semangka (*Cilitrus vulgaris schrad*) terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia” di wilayah kerja Puskesmas Ajibarang 1 Kabupaten Banyumas.

B. Rumusan Masalah

Saat ini jumlah penderita yang terkena hipertensi cukup banyak dan meningkat dari tahun ke tahun. Pengobatan hipertensi bukan hanya menggunakan obat, namun terdapat juga cara untuk menurunkan hipertensi antara lain dengan pemberian jus semangka. Berdasarkan uraian diatas masalah yang dirumuskan adalah “Apakah ada pengaruh pemberian jus semangka pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Ajibarang 1 Kabupaten Banyumas”.

C. Tujuan penulisan

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian jus semangka (*Cilitrus vulgaris schrad*) pada penderita hipertensi

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus dari karya tulis ilmiah ini adalah untuk :

- a. Mengetahui tekanan darah sebelum dilakukan pemberian jus semangk (*Cilitrus vulgaris schrad*).

- b. Mengetahui tekanan darah setelah dilakukan pemberian jus semangka (*Citrus vulgaris schrad*)
- c. Membandingkan perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan pemberian jus semangka (*citrus vulgaris schrad*)

D. Manfaat Studi kasus

1. Bagi peneliti

Menambah pengetahuan bagi peneliti, baik mengenai materi maupun metode penelitian, dan mengembangkan kerangka berfikir ilmiah tentang penelitian keperawatan yang berkaitan dengan pemberian jus semangka pada pasien hipertensi.

2. Bagi pasien

Hasil penelitian menjadi bahan pertimbangan untuk memilih pengobatan nonfarmakologi yang tepat dan praktis dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi yaitu dengan mengkonsumsi jus semangka.

3. Bagi profesi keperawatan

Menjadi bahan masukan untuk meningkatkan kinerja perawat dalam melaksanakan tindakan keperawatan khususnya dalam melakukan tindakan perawatan pada pasien hipertensi dan juga sebagai salah satu sumber bacaan bagi pengembangan pelayanan keperawatan khususnya yang berkaitan